

1月の行事予定

相模原市立北総合体育館行事案内				北公園スポーツ広場	
日付	行 事	人数	主 催	行 事【主 催】	人数
1(月)			休 館 日		
2(火)			休 館 日		
3(水)			休 館 日		
4(木)	レスミルズ(ボディコンバット) 下記参照		北総合体育館		
6(土)	ハンドボール神奈川県選手権大会 新年射初会	500人 130人	市ハンドボール協会 市弓道協会	八千代銀行杯相模原招待少女サッカー大会 【市サッカー協会】	200人
7(日)				八千代銀行杯相模原招待少女サッカー大会 【市サッカー協会】	200人
8(月)	レスミルズ(ボディコンバット) 下記参照		北総合体育館	八千代銀行杯相模原招待少女サッカー大会 【市サッカー協会】	200人
9(火)			休 館 日		
11(木)	インナーストレッチ 開講式 レスミルズ(ボディコンバット) 下記参照		北総合体育館		
12(金)	健康シェイプ体操 開講式 ポップエクササイズ 開講式		北総合体育館		
13(土)	バスケットボール神奈川県大会 ズンバ教室 開講式	1,000人	市バスケットボール協会 北総合体育館		
14(日)	ドッジボール大会		北総合体育館	サッカーシニアリーグ(夜間) 【市サッカー協会】	120人
15(月)	レスミルズ(ボディコンバット) 下記参照		北総合体育館		
16(火)	気功教室 開講式		北総合体育館		
17(水)	ヨーガ教室 開講式		北総合体育館		
18(木)	インナーストレッチ教室 レスミルズ(ボディコンバット) 下記参照		北総合体育館		
19(金)	健康シェイプ体操教室 ポップエクササイズ教室		北総合体育館		
20(土)	ハンドボール神奈川県選手権大会 ズンバ教室	500人	市ハンドボール協会 北総合体育館		
21(日)	相模原総合バドミントン選手権大会 (一般・小学生シングルス)	300人	市バドミントン協会	朝日新聞社杯争奪SFAカップサッカー大会【市サッカー協会】 サッカーシニアリーグ(夜間)【市サッカー協会】	200人 120人
22(月)	レスミルズ(ボディコンバット) 下記参照		北総合体育館		
23(火)	気功教室		北総合体育館		
24(水)	ヨーガ教室		北総合体育館		
25(木)	インナーストレッチ教室 レスミルズ(ボディコンバット) 下記参照		北総合体育館		
26(金)	健康シェイプ体操教室 ポップエクササイズ教室		北総合体育館 北総合体育館		
27(土)	ハンドボール神奈川県選手権大会 ズンバ教室 トレーニングを学ぼう	500人	市ハンドボール協会 北総合体育館 北総合体育館		
28(日)	市長杯争奪バウンドテニス大会	80人	市バウンドテニス協会		
29(月)	レスミルズ(ボディコンバット) 下記参照		北総合体育館		
30(火)	気功教室		北総合体育館		
31(水)	ヨーガ教室		北総合体育館		

ご案内の行事につきましては、北総合体育館・相模原市・相模原市体育協会等が主催する主な行事を掲載してあります。

誰でも自由に参加できるフィットネスプログラム

レスミルズ ボディコンバット

日程：毎週月曜日(休館日除く)木曜日 定員：各回30人(先着順) 費用：500円

時間：19:00~19:40 20:20~21:00(受付時間は開始1時間前から)

ブログ始めました

臨時開放情報はココでチェック!

<http://kitasotai.blogspot.jp/>

QRコード

