

2月

燕市体育センター

定期利用以外の大会やイベントを掲載しています(2月1日現在)

イベントカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
			1 20:15~21:15 メンズヨガ教室 (隔週コース) ★第3研修室	2	3	4 終日 燕市民親善スポレック大会★アリーナ、中アリーナ つぼめっこカルタ大会
5	6	7	8	9	10 9:00~11:00 エンジョイランニング教室 ★アリーナ 13:00~17:00 一般開放	11 終日 ソフトテニス2級審判検定会 ★アリーナ、中アリーナ
12 終日 中学校選抜燕ソフトテニス大会 ★アリーナ、中アリーナ	13	14	15 20:15~21:15 メンズヨガ教室 (隔週コース) ★第3研修室	16	17 9:00~17:00 第41回近郷中学1年生バスケットボール大会1日目 ★アリーナ、中アリーナ	18 8:00~17:00 第35回オープンレディースクラブ対抗大会 ★アリーナ 第20回県央ジュニア親善柔道大会
19	20	21	22	23	24	25 終日 9:00~17:00 第41回近郷中学1年生大会2日目 ★アリーナ、中アリーナ
26	27	28				

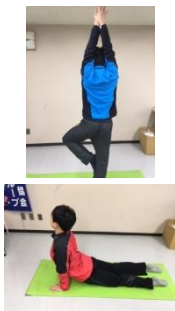
Pick Up!

1 (木) メンズヨガ教室開講!

20:15~21:15
第3研修室

15 (木)

男性限定のヨガ教室。普段運動不足で体が硬くなっている方! ヨーガをする男性も増えてきます♪



10 (日) エンジョイランニング教室

9:00~11:00
アリーナ

寒くて外で走れない時期は室内でランニングがオススメです! 誰でも楽しめる内容の教室です。春のマラソン大会シーズンに向けオススメの教室です。



講師: 村山 麻衣子

スタッフから一言

連日寒い日が続いています。冬は運動不足になりがちです。寒い時期は室内での運動がオススメです! ウォーキングやランニング、トレーニング、卓球などで運動不足を解消しましょう。

