

令和8年 2月 市民体育館 トレーニング室ワンポイント指導日

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 10:00～12:00 担当（原田） 18:30～20:30 協会（山森）	4	5 18:30～20:30 協会（堤）	6	7
8  終日利用 できません	9  12時30分閉館 12時30分まで 利用できます。	10 18:30～20:30 協会（山森）	11	12 10:00～12:00 担当（原田） 18:30～20:30 協会（堤）	13 18:30～20:30 協会（山森）	14 18時00分から 利用出来ます 18:00～20:00 担当（小倉）
15 18時00分から 利用出来ます 18:00～20:00 担当（小倉）	16 14:00～16:00 担当（原田） 18:30～20:30 協会（堤）	17 18:30～20:30 協会（山森）	18 14:00～16:00 担当（小倉）	19 18:30～20:30 協会（堤）	20 14:00～16:00 担当（原田） 18:30～20:30 協会（山森）	21
22	23	24 10:00～12:00 担当（小倉）	25	26 18:30～20:30 協会（堤）	27 18:30～20:30 協会（山森）	28

※予定につきましては、変更になる場合があります。

※協会→パワーリフティング協会の指導日は、「主にフリーウェイトの指導」になります。（上記の時間帯以外でも指導を行う場合があります）

※担当→財団指導員の指導日は、「主にマシンなどの指導」になります。

第8回

えべつ・冬のスポーツまつり

2月8日(日)

10:00～14:00

飛鳥山公園多目的市民広場

江別市緑町西2丁目11番地

入場無料

2月8日(日)当日参加のイベント有

バナナボート

サッカー

ストラックアウト