

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 18:30~20:30 協会 (堤)	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

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

ストラーヴィアーグ