

# 感謝と挑戦のTYK体育館

# 月間カレンダー

2024

# 4月

April

月	火	水	木	金	土	日
<b>1</b> 抽選申込開始 コース型教室 ワンタイム 午前 午後 夜間	<b>2</b> 休館日	<b>3</b> コース型教室 午前 午後 夜間	<b>4</b> コース型教室 ワンタイム 午前 午後 夜間	<b>5</b> コース型教室 午前 午後 夜間	<b>6</b> 多治見市中学校 剣道錬成会 午前 午後 夜間	<b>7</b> 柔道大会 午前 午後 夜間
<b>8</b> 抽選申込終了 コース型教室 ワンタイム 午前 午後 夜間	<b>9</b> 休館日	<b>10</b> 抽選支払開始 コース型教室 午前 午後 夜間	<b>11</b> コース型教室 ワンタイム 午前 午後 夜間	<b>12</b> コース型教室 午前 午後 夜間	<b>13</b> バドミントン 個人利用13-17 たじみオープン ジュニアバドミントン 大会 午前 午後 夜間	<b>14</b> バドミントン 個人利用13-17 岐阜県ママさん バレー春季大会 午前 午後 夜間
<b>15</b> コース型教室 ワンタイム 午前 午後 夜間	<b>16</b> 抽選支払終了 休館日	<b>17</b> コース型教室 午前 午後 夜間	<b>18</b> コース型教室 ワンタイム いきいき健康DAY 午前 午後 夜間	<b>19</b> コース型教室 午前 午後 夜間	<b>20</b> バドミントン 個人利用13-17 午前 午後 夜間	<b>21</b> 東海北陸車椅子バスケ 前期大会 東濃地区柔道 体重別大会 インターハイ東濃予選 午前 午後 夜間
<b>22</b> コース型教室 ワンタイム 午前 午後 夜間	<b>23</b> 休館日	<b>24</b> コース型教室 午前 午後 夜間	<b>25</b> コース型教室 ワンタイム 午前 午後 夜間	<b>26</b> コース型教室 午前 午後 夜間	<b>27</b> バドミントン 個人利用13-17 午前 午後 夜間	<b>28</b> 市総体 バスケ中学の部 午前 午後 夜間
<b>29</b> 市総体 卓球 午前 午後 夜間	<b>30</b> 休館日	※大会やイベント・教室、個人利用等が変更になる場合があります。予めご了承ください。				

## 【毎月第3木曜日 いきいき健康DAY】

- ・65歳以上の方、トレーニング室利用料無料(17時迄)
- ・いきいき健康講座参加料無料



## 新教室 ☆ズンバ☆

ラテン系の音楽とダンスを融合させて  
 創作されたダンスフィットネスエクササイズ。  
 手軽に30分で効率よく脂肪燃焼しましょう！

曜 日：木曜日  
 時 間：12:30~13:00  
 参加料：500円(税込)/1回



## 【カレンダーの見方】

金		
個人利用時間		
大会名		
午前	午後	夜間

**午前** 非常に混雑 **午後** 混雑

午前(9:00~12:00) 午後(12:00~17:00)  
 夜間(17:00~21:30)の駐車場の混雑状況が  
 わかります。

## 【トレーニング室だより】

### 朝ごはん食べていますか？

4月からの環境の変化で  
 食生活が不規則になっていませんか？

朝食は体温と代謝を上げて、  
 太りにくい身体を作ります。



まずは朝ごはんをしっかり食べて  
 毎日のスタートを切りましょう！