

# 感謝と挑戦のTYK体育館

# 月間カレンダー

2024

# 11月

November

月	火	水	木	金	土	日
<b>【毎月第3木曜日 いきいき健康DAY】</b> ・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 ※ご利用前に生年月日の分かる身分証明書の提示が必要です。				<b>1</b> 抽選申込開始 コース型教室	<b>2</b> バドミントン 個人利用13-17 東濃地区中学校 秋季バレーボール 男女大会 こうよう保育園運動会	<b>3</b> 文化の日 インディアカ 東海北陸ブロック 大会in岐阜
<b>4</b> 振替休日 第32回 岐阜県ジュニア バドミントン大会 コース型教室 ワンタイム	<b>5</b> 休館日	<b>6</b> コース型教室	<b>7</b> コース型教室 ワンタイム	<b>8</b> 抽選申込終了 コース型教室	<b>9</b> 県高校生新人大会兼 東海高校生新人 卓球大会(県予選) 県高校柔道新人大会予選	<b>10</b> バドミントン 個人利用13-17 県高校生新人大会兼 東海高校生新人 卓球大会(県予選) 抽選支払開始
午前 午後 夜間		午前 午後 夜間	午前 午後 夜間	午前 午後 夜間	午前 午後 夜間	午前 午後 夜間
<b>11</b> コース型教室 ワンタイム	<b>12</b> 休館日	<b>13</b> コース型教室	<b>14</b> コース型教室 ワンタイム	<b>15</b> V.LEAGUE DIVISION2 多治見大会 前日準備	トレーニング室・卓球室・幼児体育室休場 <b>V.LEAGUE DIVISION2</b> 多治見大会	
午前 午後 夜間		午前 午後 夜間	午前 午後 夜間	午前 午後 夜間	午前 午後 夜間	午前 午後 夜間
<b>18</b> コース型教室 ワンタイム	<b>19</b> 休館日	<b>20</b> コース型教室	<b>21</b> コース型教室 ワンタイム	<b>22</b> コース型教室	<b>23</b> 勤労感謝の日 東海学生 剣道選手権大会	<b>24</b> バドミントン 個人利用13-17 第48回 中日旗争奪 ママさんバレー大会
午前 午後 夜間		午前 午後 夜間	午前 午後 夜間	午前 午後 夜間	午前 午後 夜間	午前 午後 夜間
<b>25</b> コース型教室 ワンタイム	<b>26</b> 休館日	<b>27</b> コース型教室	<b>28</b> コース型教室 ワンタイム	<b>29</b> コース型教室	<b>30</b> バドミントン 個人利用13-17 高体連東濃地区 学年別卓球大会 (個人戦)	
午前 午後 夜間		午前 午後 夜間	午前 午後 夜間	午前 午後 夜間	午前 午後 夜間	

## 休場のお知らせ

11月16・17日(土・日)

V.LEAGUE DIVISION2  
開催のため

トレーニング室、卓球室  
幼児体育室を休場します。

施設ご利用のお客様には  
大変ご迷惑をお掛けいたしますが、  
ご理解の程、宜しくお願い申し上げます。

## 【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)の駐車場混雑状況が  
わかります。

## 【トレーニング室だより】

11月7日 立冬

11月7日は立冬。

暦の上では冬になります。  
冬の体調管理、免疫力UPにとって  
睡眠は欠かせない要素です。

寒いと感じたらすぐに1枚プラスできるよう  
毛布など準備しておくといいでしょう。

質の高い睡眠には身体を温める事が大切です。  
今から真冬に向けた対策をしていきましょう。

