

感謝と挑戦のTYK体育館

月間カレンダー

2025

7月

July

月	火	水	木	金	土	日
	1 抽選申込開始 休館日	2 コース型教室 午前 午後 夜間	3 コース型教室 ワントタイム 午前 午後 夜間	4 コース型教室 午前 午後 夜間	5 東濃地区中体連 バドミントン 東濃地区高校総体 柔道 午前 午後 夜間	6 東濃地区中体連 バドミントン 午前 午後 夜間
7 コース型教室 ワントタイム 午前 午後 夜間	8 抽選申込終了 休館日	9 コース型教室 午前 午後 夜間	10 抽選支払開始 コース型教室 ワントタイム 午前 午後 夜間	11 コース型教室 午前 午後 夜間	12 東濃地区中体連 卓球 午前 午後 夜間	13 東濃地区中体連 卓球 午前 午後 夜間
14 コース型教室 ワントタイム 午前 午後 夜間	15 休館日	16 抽選支払終了 コース型教室 午前 午後 夜間	17 コース型教室 ワントタイム いきいき健康DAY 午前 午後 夜間	18 コース型教室 午前 午後 夜間	19 バドミントン 個人利用13-17 全日本 卓球選手権大会 カデット東濃予選 午前 午後 夜間	20 参議院議員通常選挙 開票所 午前 午後 夜間
21 東濃地区中体連 卓球 (予備日) 午前 午後 夜間	22 休館日	23 コース型教室 午前 午後 夜間	24 コース型教室 ワントタイム 午前 午後 夜間	25 コース型教室 午前 午後 夜間	26 バドミントン 個人利用13-17 岐阜県下選抜 小学生育成事業 バレーボール 午前 午後 夜間	27 バドミントン 個人利用13-17 全日本 卓球選手権大会 カデット東濃予選 午前 午後 夜間
28 コース型教室 ワントタイム 午前 午後 夜間	29 休館日	30 岐阜県中体連卓球 東海大会強化合宿 午前 午後 夜間	31 岐阜県中体連卓球 東海大会強化合宿 午前 午後 夜間	【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 ※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。		

休館のお知らせ

7月20日(日)

参議院議員通常選挙
開票所のため

全館休館いたします。

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)の駐車場の混雑状況が
わかります。

【トレーニング室だより】

夏を乗り切るトレーニング!

夏のトレーニングは代謝アップや夏バテ対策に
有効ですが、体に負担がかかりやすいです。

注意ポイントを押さえて、
夏でも効果的にトレーニングを行いましょう!

- ・吸汗速乾素材のウェアを着用
- ・涼しい時間帯や室内で行う
- ・短時間で切り上げる
- ・体を冷やす小物を活用
- ・こまめに休息をとる

