

			9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	令和7年度
令和8年 1月 北公園総合体育館（Y G Kドーム）予約表																	アリーナ 12月から3月13日まで 空調工事のため 利用できません
1 (木)	アリーナ	1/3															年末年始休館 12/29～1/3
		1/3															
		1/3															
	会議室																
2 (金)	アリーナ	1/3															
		1/3															
		1/3															
	会議室																
3 (土)	アリーナ	1/3															
		1/3															
		1/3															
	会議室																
4 (日)	アリーナ	1/3															17時 閉館
		1/3															
		1/3															
	会議室																
			9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	2026年1月

			9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	令和7年度	
6 (火)	アリーナ	1/3															アリーナ 12月から3月13日まで空調工事のため 利用できません	
		1/3																
		1/3																
	会議室																	
7 (水)	アリーナ	1/3																
		1/3																
		1/3																
	会議室														ヨガ(水B) 20:00～21:00			
8 (木)	アリーナ	1/3																
		1/3																
		1/3																
	会議室		身体の歪み調整 ストレッチ 9:00～10:30			ピラティス 11:00～12:00								ストレッチボー ル 19:00～ 20:00		陰ヨガ 20:30～21:30		
9 (金)	アリーナ	1/3																
		1/3																
		1/3																
	会議室						リラックスヨガ 11:00～12:00				バランスボール 13:00-14:00		姿勢改善ストレッチ 14:30～16:00					パワーヨガ 19:15～20:15
10 (土)	アリーナ	1/3																
		1/3																
		1/3																
	会議室																	
11 (日)	アリーナ	1/3																
		1/3																
		1/3																
	会議室																	
			9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	2026年1月	

			9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	令和7年度	
13 (火)	アリーナ	1/3															アリーナ 12月から3月13日まで空調工事のため 利用できません	
		1/3																
		1/3																
	会議室				中高年のための音楽 で脳を若々しく 10:30～12:00			はじめてのキー ボード13:00～ 14:00					ハワイアンフラ 17:00～18:00			ボディリメイクエ クサ 19:00～ 20:00		ヨガ(火) 20:15～21:15
14 (水)	アリーナ	1/3																
		1/3																
		1/3																
	会議室					ヨガ(水曜A) 11:00～12: 00						キッズチア 16:30～17:15				リンパデトックス体 操 19:30～21:00		
15 (木)	アリーナ	1/3																
		1/3																
		1/3																
	会議室	身体の歪み調整 ストレッチ 9:00～10:30			ピラティス 11:00～12:00					はじめて学ぶ仏教 14:30～16:00					ストレッチポー ル 19:00～ 20:00		陰ヨガ 20:30～21:30	
16 (金)	アリーナ	1/3																
		1/3																
		1/3																
	会議室					リラックスヨガ 11:00～12: 00			バランスボール 13:00～14:00		姿勢改善ストレッチ 14:30～16:00				パワーヨガ 19:15～20:15		シェイプアップヨ ガ 20:30～ 21:30	
17 (土)	アリーナ	1/3															北公園総合体育館空調設 備等改修工事に伴う停電の ため  臨時休館	
		1/3																
		1/3																
	会議室																	
18 (日)	アリーナ	1/3															北公園総合体育館空調設 備等改修工事に伴う停電の ため  臨時休館	
		1/3																
		1/3																
	会議室																	
			9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	2026年1月	

			9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	令和7年度		
令和8年 1月 北公園総合体育館（Y G Kドーム）予約表	20 (火)	アリーナ	1/3														アリーナ 12月から3月13日まで空調工事のため 利用できません		
			1/3																
			1/3																
		会議室												ハワイアンフラ 17:00～18:00			ボディリメイクエ クサ 19:00～ 20:00		ヨガ(火) 20:15～21:15
21 (水)	アリーナ	1/3																	
		1/3																	
		1/3																	
	会議室						ヨガ(水曜A) 11:00～12:00						キッズチア 16:30～17:15				ヨガ(水B) 20:00～21:00		
22 (木)	アリーナ	1/3																	
		1/3																	
		1/3																	
	会議室		身体の歪み調整 ストレッチ 9:00～10:30			ピラティス 11:00～12:00							予約済16:30～18:30			ストレッチボー ル 19:00～ 20:00		陰ヨガ 20:30～21:30	
23 (金)	アリーナ	1/3																	
		1/3																	
		1/3																	
	会議室									バランスボール 13:00～14:00	姿勢改善ストレッチ 14:30～16:00						スケジュール 会議 19:30～ 3月分		
24 (土)	アリーナ	1/3																	
		1/3																	
		1/3																	
	会議室																		
25 (日)	アリーナ	1/3																	
		1/3																	
		1/3																	
	会議室					予約済									予約済19:00～21:00				
			9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	2026年1月		

令和  
8年

1  
月

北公園総合体育館

(Y G Kドーム) 予約表

				9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	令和7年度	
27 (火)	アリーナ	1/3																	アリーナ 12月から3月13日まで空調工事のため 利用できません
		1/3																	
		1/3																	
	会議室				中高年のための音楽 で脳を若々しく 10:30～12:00			はじめてのキー ボード13:00～ 14:00					ハワイアンフラ 17:00～18:00			ボディリメイクエ クサ 19:00～ 20:00		ヨガ(火) 20:15～21:15	
28 (水)	アリーナ	1/3																	
		1/3																	
		1/3																	
	会議室					ヨガ(水曜A) 11:00～12: 00							キッズチア 16:30～17:15						
29 (木)	アリーナ	1/3																	
		1/3																	
		1/3																	
	会議室	身体の歪み調整 ストレッチ 9:00～10:30			ピラティス 11:00～12:00								予約済16:30～18:30		ストレッチポー ル 19:00～ 20:00				
30 (金)	アリーナ	1/3																	
		1/3																	
		1/3																	
	会議室					リラックスヨガ 11:00～12: 00			バランスボール 13:00～14:00							パワーヨガ 19:15～20:15		シェイプアップヨ ガ 20:30～ 21:30	
31 (土)	アリーナ	1/3																	
		1/3																	
		1/3																	
	会議室																		
		9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	2026年1月			