

トレーニングルームカレンダー 2026



～ お知らせ ～

7月は急激な暑さになります。水分補給を忘れず、体調管理に気を付けてトレーニングジムをご利用してください。



(公財)須賀川市スポーツ振興協会は持続可能な開発目標(SDGs)に取り組んでいます。

◎第44回円谷幸吉メモリアルマラソン大会◎
10月18日(日)

【申込方法】ランネットホームページのみ。





【申込期間】6/15(月)～8/2(日)

詳しくは大会要項またはアリーナ窓口までお問い合わせください!



1	水	学校法人今泉学園 双葉、双葉第二幼稚園運動会 幼児800人 駐車300台
2	木	
トレーニングマシン入門教室(19:30~21:00) ※参加希望の方は、6/25(木)までに事前申し込みが必要です。 この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。		
3	金	須賀川市等共助会バレー 一般400人 駐車200台
4	土	県南中学校選抜卓球強化リーグ大会 小中学生300人 駐車100台
第79回県総体県中地域岩瀬予選一般 12チーム150人 駐車150台		
5	日	トレーニングマシン入門教室(10:30~12:00) ※参加希望の方は、6/28(日)までに事前申し込みが必要です。 この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。
6	月	休館日
7	火	
8	水	
9	木	
10	金	
11	土	東創立20周年桜ミニ40周年合同交流大会 小学生800人 駐車300台
12	日	須賀川市卓球協会選抜強化リーグ 小学生300人 駐車300台
13	月	休館日
14	火	
15	水	
16	木	
トレーニングマシン入門教室(19:30~21:00) ※参加希望の方は、7/9(木)までに事前申し込みが必要です。 この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。		

トレーニングルームカレンダー 2026

17	金		
18	土	(公財)須賀川市スポーツ振興協会自主事業「ポッチャ体験教室」	
19	日	第79回福島県総合スポーツ大会少林寺拳法競技準備 小中高一般20チーム300人 駐車10台	
19	日	トレーニングマシン入門教室(10:30~12:00) ※参加希望の方は、7/12(日)までに事前申し込みが必要です。 この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。	
20	月	海の日	
21	火	休館日	
22	水	福島県中学校体育大会バスケットボール 中学生1000人 (32チーム) 駐車350台	
23	木		
24	金		
25	土	第79回 県総体第6回福島県U12サマーカップ選手権大会バスケットボール小学生1,000人 駐車300台	
26	日		
27	月	休館日	
28	火		
29	水		
30	木		こまめな水分補給を!
31	金		

◎インストラクターへの相談時間◎

- ①7月 2日(木) 19:00~19:30(郡司先生)
- ②7月 5日(日) 10:00~10:30(西山先生)
- ③7月16日(木) 19:00~19:30(郡司先生)
- ④7月19日(日) 10:00~10:30(西山先生)



トレーニングに関する質問・お悩み・メニューなど、先生に相談することができます!

今月のひとりごと

心で顔は作られている
冷たい心は顔も暗い
笑顔になると人も集う
楽しいと仕事も進む
そうか!連鎖反応なんだ!