

## トレーニングルームカレンダー 2026



## ～ お知らせ ～

◎第44回円谷幸吉メモリアルマラソン大会◎  
10月18日(日)

10月15日(木)～10月18日(日) 17:30まで  
マラソン大会準備および大会のため  
トレーニングルームはお休みです。



トレーニングルーム内にご利用者が  
いないときは, 照明をのスイッチを  
OFFにし、節電にご協力ください。

(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。



|    |   |                                                                                                                       |
|----|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 木 | トレーニングマシン入門教室(19:30～21:00)<br>※参加希望の方は、9/25(金)までに事前申し込みが必要です。<br>この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。<br>中体連岩瀬支部新人総合体育大会卓球競技(予備日) |
| 2  | 金 |                                                                                                                       |
| 3  | 土 | 須賀川市民スポーツ大会トランポリン競技 小中高生50人 駐車60台                                                                                     |
| 4  | 日 | 市民体育祭バレーボール競技<br>トレーニングマシン入門教室(10:30～12:00)<br>※参加希望の方は、9/27(日)までに事前申し込みが必要です。<br>この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。            |
| 5  | 月 | 休館日                                                                                                                   |
| 6  | 火 |                                                                                                                       |
| 7  | 水 | 仁井田の杜こども園 運動会                                                                                                         |
| 8  | 木 |                                                                                                                       |
| 9  | 金 |                                                                                                                       |
| 10 | 土 | 大東こども園運動会 幼小一般 400人 駐車200台                                                                                            |
| 11 | 日 | 市民体育祭卓球競技 小中高一般 300人 駐車100台                                                                                           |
| 12 | 月 | スポーツの日<br>須賀川市ドッジボール協会                                                                                                |
| 13 | 火 | 休館日                                                                                                                   |
| 14 | 水 |                                                                                                                       |
| 15 | 木 | 円谷幸吉メモリアルマラソン大会準備のため使用できません！                                                                                          |

※土日・祝日は各種大会開催で駐車場が混雑します。トレーニング専用駐車場をご利用ください。

|    |   |                                                                                                                                                                                                |
|----|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 16 | 金 | ◎第44回円谷幸吉メモリアルマラソン大会◎<br>10月18日(日)に第44回大会が開催されます。<br>アリーナ周辺やマラソンコース付近は交通規制がありますので、<br>ご理解とご協力をお願いいたします。<br> |
| 17 | 土 |                                                                                                                                                                                                |
| 18 | 日 |                                                                                                                                                                                                |
|    |   | 第44回円谷幸吉メモリアルマラソン大会 2,669人<br>マラソン大会のため 17:30からご利用できます。                                                                                                                                        |
| 19 | 月 | 休館日                                                                                                                                                                                            |
| 20 | 火 |                                                                                                              |
| 21 | 火 |                                                                                                                                                                                                |
| 22 | 木 | トレーニングマシン入門教室(19:30~21:00)<br>※参加希望の方は、10/15(木)までに事前申し込みが必要です。<br>この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。                                                                                                     |
| 23 | 金 | 市民健康診断 一般150人 駐車100台                                                                                                                                                                           |
| 24 | 土 | 郡山市民体育祭バドミントン大会 小・中の部 小中学生150人 駐車150台                                                                                                                                                          |
| 25 | 日 | バレーボール合同部活動or地域クラブ練習試合                                                                                                                                                                         |
|    |   | トレーニングマシン入門教室(10:30~12:00)<br>※参加希望の方は、10/20(火)までに事前申し込みが必要です。<br>この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。                                                                                                     |
| 26 | 月 | 休館日                                                                                                                                                                                            |
| 27 | 火 | <br>こまめな水分補給を！<br>    |
| 28 | 水 |                                                                                                                                                                                                |
| 29 | 木 |                                                                                                                                                                                                |
| 30 | 金 |                                                                                                                                                                                                |
| 31 | 土 | 県南中学生新人卓球大会 団体の部 小中400人 駐車200台                                                                                                                                                                 |

**◎インストラクターへの相談時間◎**

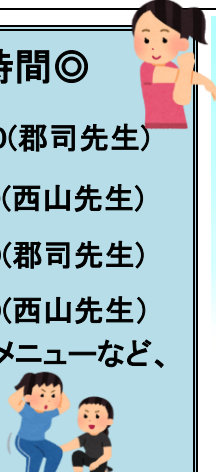
①10月 1日(木) 19:00~19:30(郡司先生)

②10月 4日(日) 10:00~10:30(西山先生)

③10月22日(木) 19:00~19:30(郡司先生)

④10月25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\***

**失敗したところで  
やめるから失敗で  
成功するところまで  
続ければ成功になる**

(松下幸之助)