

トレーニングルームカレンダー 2026



～ お知らせ ～

◎寒暖の差が激しくなってきました。
体調管理に気を付けてトレーニング
してください。

※アリーナ駐車場が混雑している場合
は、トレーニング専用駐車場をご利用
ください。

トレーニングルーム内にご利用者が
いない時は、照明スイッチを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。

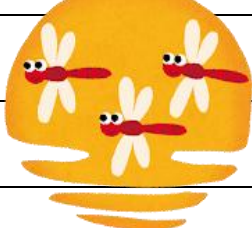


1	日	県南中学生新人卓球大会団体の部 小中400人 駐車200台	
2	月	休館日	
3	火	文化の日 第16回福島県障がい者フットサル大会 中・高・一般 100人12チーム 駐車50台	
4	水		
5	木		
6	金		
7	土	市民スポーツ大会バレーボール 中学生の部	
8	日	第1回FMIドッジボール選手権大会 / 第79回県総体第41回県パワーリフティング選手権大会一般100人 トレーニングマシン入門教室(10:30~12:00) ※参加希望の方は、11/1(日)までに事前申し込みが必要です。 この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。	
9	月	休館日	
10	火	(株)オノヤ 社内運動会 300人	
11	水	花王研修会	
12	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、11/5(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。	
13	金		
14	土	第59回須賀川市民スポーツ大会ファミリーバドミントン競技 市内130人30チーム駐車100台	
15	日	第59回須賀川市民スポーツ大会ファミリーバドミントン競技 小中高一般250人 駐車150台	
16	月	休館日	

※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。

トレーニングルームカレンダー 2026



17	火		
18	水		
19	木		
20	金	第18回シニアスポーツ親善会(ラバーバレーボール) 350名 駐車 300台	
21	土	財スポ事業 / 合同部活バドミントン	
22	日	福島県中学生新人卓球大会 小中高500人 駐車300台	
		トレーニングマシン入門教室(10:30~12:00) ※参加希望の方は、11/15(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。	
23	月	第2回須賀川市ポッチャ大会 一般200人40チーム駐車200台	
		勤労感謝の日	
24	火	休館日	
25	水		
26	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、11/19(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。	
27	金	須賀川市民スポーツ大会吹き矢	
28	土	圓通杯バレーボール大会	
29	日		
30	月	休館日	



下記の日程は入門教室です。
トレーニングルームは使用できません。

◎インストラクターへの相談時間◎

- ①11月 8日(日) 10:00~10:30(西山先生)
- ②11月12日(木) 19:00~19:30(郡司先生)
- ③11月22日(日) 10:00~10:30(西山先生)
- ④11月26日(木) 19:00~19:30(郡司先生)

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 *

人生は短い

だから、友達と争ったり、

戦ったりする暇なんて無いんだよ！

(ジョン・レノン)



※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。