ただいま、第1競技場工事に伴い、ランニングコースのご利用はできません（令和5年4月1日～令和6年3月31日）

２０２４年３月 中村スポーツセンターイベントカレンダー

	大会・行事名	駐車場満車情報				ランニングコース使用予定				レッスンタイム	プールコース制限日時
		午前	午後１	午後２	夜間	午前	午後１	午後２	夜間		
3月1日(金)	世界弓道国際セミナー（弓道練習場）										
3月2日(土)	世界弓道国際セミナー（弓道練習場）										10:00～12:20
3月3日(日)	第1日曜日のため１８時閉館										
3月4日(月)	休　館　日										
3月5日(火)										やさしいエアロ　18：20～19：20	
3月6日(水)										エアロLT（スタンダード）9：30～10：30 エアロLT（ストレッチ）　10：45～11：45	13:00～14:00
3月7日(木)										やさしいアクア　19：00～20：00	16:00～20:00
3月8日(金)											
3月9日(土)											10:00～12:20
3月10日(日)											
3月11日(月)	NESPA Day（ネスパデー） ２１時３０分閉館									みんなでDanceMix　18：30～19：30 美Bodyエクササイズ　19：45～20：45	
3月12日(火)										やさしいエアロ　18：20～19：20	
3月13日(水)										エアロLT（スタンダード）9：30～10：30 エアロLT（ストレッチ）　10：45～11：45	13:00～14:00
3月14日(木)										やさしいアクア　19：00～20：00	16:00～20:00
3月15日(金)											
3月16日(土)											10:00～12:20
3月17日(日)	第3日曜日のため１８時閉館										
3月18日(月)	休　館　日										
3月19日(火)											
3月20日(水)	スポーツフェスタin中村 18時～21時無料開放										
3月21日(木)											
3月22日(金)											
3月23日(土)											
3月24日(日)											
3月25日(月)	NESPA Day（ネスパデー） ２１時３０分閉館									みんなでDanceMix　18：30～19：30 美Bodyエクササイズ　19：45～20：45	
3月26日(火)											
3月27日(水)										エアロLT（スタンダード）9：30～10：30 エアロLT（ストレッチ）　10：45～11：45	13:00～14:00
3月28日(木)											
3月29日(金)											
3月30日(土)											
3月31日(日)	第5日曜日のため１８時閉館										
4月1日(月)	休　館　日										
4月2日(火)						○	○	○	○		
4月3日(水)						○	○	○	○		11:00～12:00
4月4日(木)						○	×	×	×		
4月5日(金)						○	○	○	○		
4月6日(土)						○	○	○	○		
4月7日(日)	中村区民体育大会（レクバレー） 第1日曜日のため１８時閉館	混	混			×	×	×			

※　この表は2023年2月下旬現在のもので、行事名等変更される場合がありますのでご了承ください。

トレーニング室 温水プール 利用時間カレンダー

月（第2･4）	9:30～21:30(トレ) 10:00～20:30(プール)
火～土	9:30～21:30(トレ) 10:00～20:30(プール)
日・祝日	9:30～18:00(トレ) 10:00～18:00(プール)
月（第1･3･5）	休 館 日

3月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

4月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

弓道練習場（専用利用）

3月　1日（金）　午前8 時～１８時
3月　2日（土）　午前8時～１８時
3月　16日（土）午前9時～１２時
3月　30日（土）午前9時～１２時

～　中村スポーツセンター　ご利用案内　～

＜開館時間＞　【第1・2競技場、軽運動室、弓道練習場、会議室】
火～土曜日、第2・4月曜日　9：00～21：00
日・祝休日　　9：00～18：00（第2・4日曜日は21：00まで）

【プール】
火～土曜日、第2・4月曜日　10：00～20：30
日・祝休日　10：00～18：00

【トレーニング室】
火～土曜日、第2・4月曜日　9：30～21：30
日・祝休日　9：30～18：00

＜ 休館日 ＞　第1・3・5月曜日（祝休日除く）及び年末年始、その他工事等により臨時休館する場合があります。