

令和7年7月 中村スポーツセンターイベントカレンダー

月日(曜日)	大会・行事名	駐車場混雑情報				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		
7月1日(火)						○	○	○	×	フィットネスフラダンス 18:20~19:20	
7月2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
7月3日(木)						○	○	○	×	水中エアロビクス 19:00~20:00	16:00~20:00
7月4日(金)	中村区子育てわいわいひろば	混	混			○	×	○	×		
7月5日(土)		満	満	満	満	×	×	×	×		10:00~12:20
7月6日(日)	第21回中川レクインディアカ 愛好者大会	混	混	混		×	×	×			
7月7日(月)	休 館 日										
7月8日(火)						×	×	○	×	フィットネスフラダンス 18:20~19:20	
7月9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
7月10日(木)						○	×	×	×	水中エアロビクス 19:00~20:00	16:00~20:00
7月11日(金)						○	○	○	×		
7月12日(土)	第15回愛知県社会人ハンド ボール大会	混	混	混	混	×	×	×	×		10:00~12:20
7月13日(日)	第8回中村区サマーフェスティ バル(ソフトバレー)	混	混	混		×	×	×	×		
7月14日(月)	NESPA Day (ネスパター) 21時30分開館					○	○	×	×	みんなでDanceMix 18:30~19:30 ポティメンテナンス 19:45~20:45	
7月15日(火)						×	×	○	×	フィットネスフラダンス 18:20~19:20	
7月16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
7月17日(木)						×	○	○	×		
7月18日(金)						○	×	×	×		
7月19日(土)	第62回名古屋市中学校総合体 育大会(バドミントン)	満	満	満	満	×	×	×	×		10:00~12:20
7月20日(日)	第62回名古屋市中学校総合体 育大会(バドミントン)	満	満	満		×	×	×			
7月21日(月)						×	×	×			
7月22日(火)	令和7年度愛知県高等学校バ レーボール選手権大会	満	満	満	満	×	×	×	×		
7月23日(水)	令和7年度愛知県高等学校バ レーボール選手権大会	混	混	混	混	×	×	×	×	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	
7月24日(木)	令和7年度愛知県高等学校バ レーボール選手権大会 名北 支部予選	満	満	満	満	×	×	×	×		
7月25日(金)	令和7年度愛知県高等学校バ レーボール選手権大会 名古屋 支部予選	混	混	混		×	×	×	×		
7月26日(土)	中村区PTAバレーボール大 会	混	混	混		×	×	×	○		
7月27日(日)						×	×	○	×		
7月28日(月)	NESPA Day (ネスパター) 21時30分開館					○	○	×	×	みんなでDanceMix 18:30~19:30 ポティメンテナンス 19:45~20:45	
7月29日(火)	愛知県中学校総合体育大会(新 体操)	満	満	満	満	×	×	×	×		
7月30日(水)	令和7年度新体操女子ジュ ニア選抜練習会	混	混	混		×	×	×	×	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	
7月31日(木)						×	×	×	×		

※ この表は令和7年6月中旬現在のものであり、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。

～ 利用時間 ～

施設	区分	利用時間	休館日
トレーニング室	火～土曜日、第2・4月曜日	9:30~21:30	第1・3・5月曜日 (祝休日の場合は開館) 及び 年末年始(12/29~1/3)
	日曜日及び祝休日	9:30~18:00	
温水プール	火～土曜日、第2・4月曜日	7・8月以外 7・8月	
	日曜日及び祝休日	7・8月以外 7・8月	
		7・8月	
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日曜日及び第2・4月曜日 (ただし、第2・4日曜日が祝日の場合は18:00まで)	9:00~21:00	※工事、プール水抜き清掃 等のため臨時休館する 場合があります。
	第1・3・5日曜日及び祝休日	9:00~18:00	
駐車場	火～土曜日及び第2・4月曜日	8:45~21:35	
	第2・4日曜日(ただし、祝日の場合は18:05まで)	8:45~21:05	
	第1・3・5日曜日及び祝休日	8:45~18:05	

【お願い】 利用時間には、準備・後片付けや更衣などの時間を含みます。
利用時間終了までに退室(退館)いただきますようご協力をお願いします。

トレーニング室 温水プール 利用時間 カレンダー(7月・8月)

月(第2・4)	9:30~21:30(トレ) 9:00~21:00(プール)
火～土	9:30~21:30(トレ) 9:00~21:00(プール)

日・祝日	9:30~18:00(トレ) 9:00~18:00(プール)
------	-----------------------------------

月(第1・3・5)	休 館 日
-----------	-------

7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		

8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						

弓道練習場
(専用利用)



7月12日(土) 午前9時~12時
7月26日(土) 午前9時~12時

