

8月 ×印の時間帯は各施設の利用ができません。

日	曜日	トレーニング室	クライミング	ランニング
1	金			
2	土			× 9:00 ~ 17:00 中学校新人バスケット ボール交流大会
3	日	× 9:00 ~ 12:00 団体利用		
4	月	休 館 日		
5	火	× 9:00 ~ 21:00 東北中学校総合体育大会新体操		
6	水			
7	木			
8	金			
9	土			× 9:00 ~ 17:00 北上市民体育大会 バスケットボール競技
10	日			
11	月	休 館 日		
12	火			
13	水			
14	木	× 9:00 ~ 12:00 団体利用		
15	金			
16	土			
17	日			
18	月	休 館 日		
19	火			
20	水			
21	木			
22	金			
23	土		× 9:00 ~ 18:00 ミニバスケットボール交流大会	
24	日			
25	月	休 館 日		
26	火			
27	水			
28	木			
29	金			
30	土			
31	日			× 9:00 ~ 18:00 北上市民体育大会 ソフトバレーボール競技