

# H31(2019)年度 体育室の利用案内

横浜市奈良地区センター

時間帯	時間	月	火	水	木	金	土	日・祝日
午前	9:00~12:00	団体	自主事業/団体	団体	団体	自主事業/団体	団体	団体
午後①	12:00~15:00	団体	団体	団体	団体	自主事業/団体	個人	個人
午後②	15:00~18:00	個人	個人~17:45	個人~17:45	個人	個人~17:45	個人	個人~16:45
夜間	18:00~21:00	個人~20:45	団体	団体	個人~20:45	団体	個人~20:45	

17:00~  
バスケット

第2火曜日は  
休館

17:00~  
バスケット

14:00~  
バスケット

日曜・祝日は  
17時閉館

※土足は厳禁です。必ず体育館履きをご持参ください。

※体育室内では飲食禁止です。(団体利用に限り水分補給は可)

※火曜日の午前、金曜日の午前・午後①時間帯は、自主事業開催のため、団体利用ができない場合があります。

青葉区民向け自主事業	
火曜日	シェイプエアロビクス 骨盤ストレッチ
金曜日	シニア健康体操A シニア健康体操B Yuriヨガ

☆個人利用について

※運動用具は各自持参してください。(小学生以下のみ貸出可)

※未就学のお子様は、必ず保護者の方(あるいは20歳以上の方)と一緒にご利用ください。

※小学生の利用は17:00まで、中学生の利用は18:00までです。

ただし保護者(あるいは20歳以上の方)が同伴の場合はその限りではありません。

**※月・木・土 20:45~、火・水・金 17:45~、日・祝 16:45~清掃の時間になります。ご協力お願いいたします。**