

2018 12月

×印の時間帯は各施設利用できません。

日	曜日	トレーニング室	クライミング	ランニング
1	土			
2	日			×9:00~21:00 市民体育大会バレーボール競技
3	月			
4	火			
5	水			
6	木			
7	金			
8	土		×7:30~21:00 ミニバス選手権大会	
9	日		×7:30~17:00 ミニバス選手権大会	
10	月			
11	火			
12	水			
13	木			
14	金			
15	土		×9:00~15:00 北上市スポーツ少年団合同体カテスト	
16	日			×9:00~17:00 北上綱引選手権大会
17	月			
18	火			
19	水			
20	木			
21	金			
22	土		× 9:00~21:00 ジュニアシングルスバドミントン大会	
23	日		× 9:00~21:00 ジュニアシングルスバドミントン大会	
24	月		× 9:00~18:00 北上市・沿岸地区交流バドミントン大会	
25	火	休 館 日		
26	水			
27	木			
28	金	休 館 日 (年末年始休暇12/28~1/4)		
29	土			
30	日			
31	月			

※施設開放時間は前後する場合がありますので、あらかじめご了承ください。