

トレーニングルームカレンダー 2026



～お知らせ～

※インフルエンザにかかりやすい人

- (1)多忙・睡眠不足な人
- (2)アレルギーがある人
- (3)過去に肺炎に罹ったことがある人
- (4)栄養不足な状態の人
- (5)血糖が高めな人

「手洗い」「うがい」「マスク着用」のご協力をお願いいたします。

～お知らせ～

「ボッチャ体験教室開催」

日 にち:令和8年2月11日(水)祝

場 所:円谷幸吉メモリアルアリーナ

対 象:小学生以上(須賀川市在住・在勤)

※お申し込みはアリーナ窓口へ



1	日	2025@ふくしまソフトバレー ボールフェスタ 一般300人 60チーム 駐車250台
2	月	休館日
3	火	
4	水	
5	木	トレーニングマシン入門教室(19:30~21:00) ※参加希望の方は、1/29(木)までに事前申し込みが必要です。 この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。
6	金	
7	土	第28回県中地区U12新人大会(バスケット) 小学生500人 48チーム 駐車220台
8	日	第28回県中地区U12新人大会(バスケット) 小学生500人 48チーム 駐車220台 トレーニングマシン入門教室(10:30~12:00) ※参加希望の方は、2/1(日)までに事前申し込みが必要です。 この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。
9	月	休館日
10	火	
11	水	建国記念日 アリーナ「ボッチャ体験教室」
12	木	
13	金	
14	土	第39回協会杯インドアソフトテニス大会 中学生120人 駐車30台
15	日	第35回春の全国小学生ドッジボール選手権福島県大会 小学生300人 駐車300台

※土日・祝日は各種大会開催で駐車場が混雑します。トレーニング専用駐車場をご利用ください。

トレーニングルームカレンダー 2026



16	月	休館日		
17	火			
18	水			
19	木	トレーニングマシン入門教室(19:30~21:00) ※参加希望の方は、2/12(木)までに事前申し込みが必要です。 この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。		
20	金			
21	土	外山杯第19回岩瀬地区中学生ソフトテニス研修大会 中学生200人 駐車30台		
22	日	第38回ラバーバレーボール大会 一般200人(40チーム)駐車200台 トレーニングマシン入門教室(10:30~12:00) ※参加希望の方は、2/15(日)までに事前申し込みが必要です。 この時間は入門教室受講生のみのご利用となります。		
23	月	天皇誕生日 たこやなぎ杯 バレーボール大会 一般120人駐車120台		
24	火	休館日		
25	水	須賀川市高齢者ニュースポーツ交流大会 一般150人 駐車50台		
26	木			
27	金			
28	土	外山杯第19回岩瀬地区中学生ソフトテニス研修大会 中学生200人 駐車30台		

◎インストラクターへの相談時間

- ①2月 5日(木) 19:00~19:30(郡司先生)
- ②2月 8日(日) 10:00~10:30(西山先生)
- ③2月19日(木) 19:00~19:30(郡司先生)
- ④2月22日(日) 10:00~10:30(西山先生)

トレーニングに関する質問・お悩み・メニューなど、先生に相談することができます！

* 今月のひとりごと *

未来の自分を助けるのも
未来の自分を困らせるのも
今の自分の行動次第
前を向いて行こう！

【問い合わせ先】
(公財)須賀川市スポーツ振興協会 (円谷幸吉メモリアルアリーナ内)
TEL:0248-76-8111 FAX:0248-76-8113
休館日:月曜日(※月曜祝日の場合はその翌日)

※土日・祝日は各種大会開催で駐車場が混雑します。トレーニング専用駐車場をご利用ください。