

# 2026年3月

×印の時間帯は各施設利用できません。 (2月23日作成)

日	曜日	トレーニング室	クライミング	ランニング	駐車場混雑予想	
1	日		×～19:00 北上市協会長杯卓球選手権			
2	月		×～17:00 東北レディースシニアソフトテニス大会			
3	火					
4	水					
5	木					
6	金					
7	土					
8	日					
9	月					
10	火					
11	水					
12	木					
13	金					
14	土					
15	日					
16	月					
17	火					
18	水		×16:00～21:00 クライミング教室			
19	木					
20	金					
21	土		×～終日 北上カップ高校生バレーボール大会		混雑	
22	日		×～大会終了まで 北上カップ高校生バレーボール大会		混雑	
23	月	休 館 日				
24	火					
25	水		×16:00～21:00 クライミング教室			
26	木					
27	金		×16:00～21:00 クライミング教室			
28	土		×～終日 北上新体操クラブ演技発表会(準備)			
29	日	×～イベント終了まで 北上新体操クラブ演技発表会			混雑	
30	月					
31	火					

※施設開放日時は、大会スケジュール等の変更により変わる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

## ※トレーニングルームの使用人数について※

部屋面積及びトレーニング機器の台数を鑑み、令和5年4月1日(土)より**使用人数を15人まで**とさせていただきます。

また、1団体が一度に利用可能な人数を最大5人とさせていただきます。

使用人数を超えた際はお待ちいただく場合があります。

北上市スポ協HP



・施設情報  
・開館状況  
・各種イベント情報

はこちらを  
チェック♪