# 2023年　7　月　　三沢市国際交流スポーツセンター空き状況

※この情報は　　6月28日　　現在のものです。情報が変更している可能性がありますのでご了承ください。

空き状況は10日間を目処に更新します。詳しくは、三沢市国際交流スポーツセンターにお尋ねください。

電話:0176-51-4466　　FAX:0176-51-0212

■＝利用不可

| | | メインアリーナA | | | メインアリーナB | | | サブアリーナ | | | 多目的運動室 | | | トレーニング室 | ランニングコース |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 9時～12時 | 13時～17時 | 17時～21時 | 9時～12時 | 13時～17時 | 17時～21時 | 9時～12時 | 13時～17時 | 17時～21時 | 9時～12時 | 13時～17時 | 17時～21時 | | |
| 1 | 土 | ■ | | ■ | ■ | | | ■ | ■ | ■ | ■ | | ■ | | |
| 2 | 日 | | | | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | |
| 3 | 月 | ■ | | | ■ | | | ■ | ■ | ■ | ■ | | ■ | | |
| 4 | 火 | | | | | | | ■ | ■ | ■ | | | ■ | | |
| 5 | 水 | | | ■ | | | ■ | ■ | ■ | ■ | | | ■ | | |
| 6 | 木 | ■ | | ■ | ■ | | | ■ | ■ | ■ | | | ■ | | |
| 7 | 金 | ■ | | ■ | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | ■ | | |
| 8 | 土 | | | | | | | ■ | ■ | ■ | | | ■ | | |
| 9 | 日 | ■ | ■ | | ■ | ■ | | ■ | ■ | ■ | | ■ | | | 17時から可 |
| 10 | 月 | ■ | | ■ | ■ | | | ■ | ■ | ■ | ■ | | ■ | | |
| 11 | 火 | | | | | | | ■ | ■ | ■ | | | ■ | | |
| 12 | 水 | | | | | | | ■ | ■ | ■ | | | | | |
| 13 | 木 | ■ | | ■ | ■ | | ■ | ■ | ■ | ■ | | | ■ | | |
| 14 | 金 | ■ | ■ | ■ | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | ■ | ■ | | |
| 15 | 土 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | | ■ | | ■ |
| 16 | 日 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | ■ | ■ | ■ | | ■ | ■ | | 17時から可 |
| 17 | 月 | ■ | | | | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | | |
| 18 | 火 | 休館日 | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | 水 | ■ | | ■ | | | ■ | ■ | ■ | ■ | | ■ | | | |
| 20 | 木 | ■ | | ■ | ■ | | ■ | ■ | ■ | ■ | | | ■ | | |
| 21 | 金 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |
| 22 | 土 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |
| 23 | 日 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |
| 24 | 月 | ■ | | ■ | ■ | | | ■ | ■ | ■ | ■ | | ■ | | |
| 25 | 火 | | | | | | | ■ | ■ | ■ | | | ■ | | |
| 26 | 水 | ■ | | ■ | | | ■ | ■ | ■ | ■ | | | ■ | | |
| 27 | 木 | ■ | | ■ | ■ | | ■ | ■ | ■ | ■ | | | ■ | | |
| 28 | 金 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |
| 29 | 土 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |
| 30 | 日 | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |
| 31 | 月 | | ■ | ■ | | | | ■ | ■ | ■ | | | ■ | | |