

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	4	1	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	4	2	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	4	3	金		
2026	4	4	土		
2026	4	5	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	4	6	月		
2026	4	7	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	4	8	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	4	9	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	4	10	金		
2026	4	11	土		
2026	4	12	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	4	13	月		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	4	14	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	4	15	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	4	16	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	4	17	金		
2026	4	18	土		
2026	4	19	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	4	20	月		
2026	4	21	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	4	22	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	4	23	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	4	24	金		
2026	4	25	土		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	4	26	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	4	27	月		
2026	4	28	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	4	29	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	4	30	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	5	1	金		
2026	5	2	土		
2026	5	3	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	5	4	月		
2026	5	5	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	5	6	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	5	7	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	5	8	金		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	5	9	土		
2026	5	10	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	5	11	月		
2026	5	12	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	5	13	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	5	14	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	5	15	金		
2026	5	16	土		
2026	5	17	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	5	18	月		
2026	5	19	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	5	20	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	5	21	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	5	22	金		
2026	5	23	土		
2026	5	24	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	5	25	月		
2026	5	26	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	5	27	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	5	28	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	5	29	金		
2026	5	30	土		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	5	31	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	6	1	月		
2026	6	2	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	6	3	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	6	4	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	6	5	金		
2026	6	6	土		
2026	6	7	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	6	8	月		
2026	6	9	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	6	10	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00~22:00	9:00~22:00
2026	6	11	木	〇20:00~22:00 地区優先日	
2026	6	12	金		
2026	6	13	土		
2026	6	14	日	〇13:30~15:30 地区優先日	〇18:00~22:00 地区優先日
2026	6	15	月		
2026	6	16	火	〇20:00~22:00 地区優先日	
2026	6	17	水	〇20:00~22:00 地区優先日	〇18:00~22:00 地区優先日
2026	6	18	木	〇20:00~22:00 地区優先日	
2026	6	19	金		
2026	6	20	土		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	6	21	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	6	22	月		
2026	6	23	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	6	24	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	6	25	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	6	26	金		
2026	6	27	土		
2026	6	28	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	6	29	月		
2026	6	30	火	○20:00～22:00 地区優先日	

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	7	1	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	7	2	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	7	3	金		
2026	7	4	土		
2026	7	5	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	7	6	月		
2026	7	7	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	7	8	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	7	9	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	7	10	金		
2026	7	11	土		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	7	12	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	7	13	月		
2026	7	14	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	7	15	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	7	16	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	7	17	金		
2026	7	18	土		
2026	7	19	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	7	20	月		
2026	7	21	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	7	22	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	7	23	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	7	24	金		
2026	7	25	土		
2026	7	26	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	7	27	月		
2026	7	28	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	7	29	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	7	30	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	7	31	金		
2026	8	1	土		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	8	2	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	8	3	月		
2026	8	4	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	8	5	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	8	6	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	8	7	金		
2026	8	8	土		
2026	8	9	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	8	10	月		
2026	8	11	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	8	12	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	8	13	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	8	14	金		
2026	8	15	土		
2026	8	16	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	8	17	月		
2026	8	18	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	8	19	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	8	20	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	8	21	金		
2026	8	22	土		
2026	8	23	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	8	24	月		
2026	8	25	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	8	26	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	8	27	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	8	28	金		
2026	8	29	土		
2026	8	30	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	8	31	月		
2026	9	1	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	9	2	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00~22:00	9:00~22:00
2026	9	3	木	〇20:00~22:00 地区優先日	
2026	9	4	金		
2026	9	5	土		
2026	9	6	日	〇13:30~15:30 地区優先日	〇18:00~22:00 地区優先日
2026	9	7	月		
2026	9	8	火	〇20:00~22:00 地区優先日	
2026	9	9	水	〇20:00~22:00 地区優先日	〇18:00~22:00 地区優先日
2026	9	10	木	〇20:00~22:00 地区優先日	
2026	9	11	金		
2026	9	12	土		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	9	13	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	9	14	月		
2026	9	15	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	9	16	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	9	17	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	9	18	金		
2026	9	19	土		
2026	9	20	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	9	21	月		
2026	9	22	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	9	23	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	9	24	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	9	25	金		
2026	9	26	土		
2026	9	27	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	9	28	月		
2026	9	29	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	9	30	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	10	1	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	10	2	金		
2026	10	3	土		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	10	4	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	10	5	月		
2026	10	6	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	10	7	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	10	8	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	10	9	金		
2026	10	10	土		
2026	10	11	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	10	12	月		
2026	10	13	火	〇20:00～22:00 地区優先日	

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	10	14	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	10	15	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	10	16	金		
2026	10	17	土		
2026	10	18	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	10	19	月		
2026	10	20	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	10	21	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	10	22	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	10	23	金		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	10	24	土		
2026	10	25	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	10	26	月		
2026	10	27	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	10	28	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	10	29	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	10	30	金		
2026	10	31	土		
2026	11	1	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	11	2	月		
2026	11	3	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	11	4	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	11	5	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	11	6	金		
2026	11	7	土		
2026	11	8	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	11	9	月		
2026	11	10	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	11	11	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	11	12	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	11	13	金		
2026	11	14	土		
2026	11	15	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	11	16	月		
2026	11	17	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	11	18	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	11	19	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	11	20	金		
2026	11	21	土		
2026	11	22	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	11	23	月		
2026	11	24	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	11	25	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	11	26	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	11	27	金		
2026	11	28	土		
2026	11	29	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	11	30	月		
2026	12	1	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	12	2	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	12	3	木	〇20:00～22:00 地区優先日	

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	12	4	金		
2026	12	5	土		
2026	12	6	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	12	7	月		
2026	12	8	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	12	9	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	12	10	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2026	12	11	金		
2026	12	12	土		
2026	12	13	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2026	12	14	月		
2026	12	15	火	〇20:00～22:00 地区優先日	

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	12	16	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	12	17	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	12	18	金		
2026	12	19	土		
2026	12	20	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	12	21	月		
2026	12	22	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	12	23	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	12	24	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	12	25	金		
2026	12	26	土		
2026	12	27	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	12	28	月		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2026	12	29	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2026	12	30	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2026	12	31	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	1	1	金		
2027	1	2	土		
2027	1	3	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	1	4	月		
2027	1	5	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	1	6	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	1	7	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	1	8	金		
2027	1	9	土		
2027	1	10	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2027	1	11	月		
2027	1	12	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	1	13	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	1	14	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	1	15	金		
2027	1	16	土		
2027	1	17	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	1	18	月		
2027	1	19	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	1	20	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	1	21	木	○20:00～22:00 地区優先日	

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2027	1	22	金		
2027	1	23	土		
2027	1	24	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2027	1	25	月		
2027	1	26	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2027	1	27	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2027	1	28	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2027	1	29	金		
2027	1	30	土		
2027	1	31	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2027	2	1	月		
2027	2	2	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2027	2	3	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2027	2	4	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2027	2	5	金		
2027	2	6	土		
2027	2	7	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2027	2	8	月		
2027	2	9	火	〇20:00～22:00 地区優先日	
2027	2	10	水	〇20:00～22:00 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2027	2	11	木	〇20:00～22:00 地区優先日	
2027	2	12	金		
2027	2	13	土		
2027	2	14	日	〇13:30～15:30 地区優先日	〇18:00～22:00 地区優先日
2027	2	15	月		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2027	2	16	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	2	17	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	2	18	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	2	19	金		
2027	2	20	土		
2027	2	21	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	2	22	月		
2027	2	23	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	2	24	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	2	25	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	2	26	金		
2027	2	27	土		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2027	2	28	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	3	1	月		
2027	3	2	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	3	3	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	3	4	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	3	5	金		
2027	3	6	土		
2027	3	7	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	3	8	月		
2027	3	9	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	3	10	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	3	11	木	○20:00～22:00 地区優先日	

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2027	3	12	金		
2027	3	13	土		
2027	3	14	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	3	15	月		
2027	3	16	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	3	17	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	3	18	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	3	19	金		
2027	3	20	土		
2027	3	21	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	3	22	月		

年	月	日	曜日	安曇体育館	乗鞍体育館
				9:00～22:00	9:00～22:00
2027	3	23	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	3	24	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	3	25	木	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	3	26	金		
2027	3	27	土		
2027	3	28	日	○13:30～15:30 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日
2027	3	29	月		
2027	3	30	火	○20:00～22:00 地区優先日	
2027	3	31	水	○20:00～22:00 地区優先日	○18:00～22:00 地区優先日