

火曜日バスケットボール 指導員付き公開へご参加の方へ

指導員付き公開内でのゲームに参加希望の方は

19：30 までに5Fアリーナの指導員へお声掛けください。

19：30 を過ぎますとチーム分けの関係で 19：30～21：00 のゲームには
ご参加いただけません。予めご了承ください。

指導員付き公開 タイムスケジュール (予定)

18：00～19：00 個人 W-UP

19：00～19：30 指導員による W-UP (ドリブル、シューティングなど)

19：30～21：00 ゲーム

21：00～22：00 個人公開 (ゲーム形式での利用は NG)

港区スポーツセンター