

名取市民体育館 10月 行事予定表

平成30年

〒981-1224 名取市増田字柳田250番地
TEL (022)384-3161
FAX (022)384-3163

日	曜	アリーナ			武道場			トレーニング室		
		午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
		9:00~12:00	13:00~17:00	18:00~21:00						
1	月	一般公開(卓球・バドミントン)			増田公民館	武道	空手道協会	自主	自主	自主
2	火	一般公開(バウンドテニス・卓球) <卓球指導 午前・夜間>			いきいきフィットクラブ	名取体操	合気道協会	自主	自主	自主
3	水	一般公開(バレーボール)	一般公開(バスケットボール)		バランスポール④	名取体操	空道協会	自主	自主	講習
4	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	エクササイズ①	剣道連盟	自主	自主	自主
5	金	一般公開(バレーボール)			エクササイズパーティ	増田公民館	武道	自主	自主	自主
6	土	東北地区合同女子稽古会(市剣道連盟)			仙南高体連(柔道専門部)			自主	自主	
7	日	仙南少年錬成大会(市剣道連盟)			市剣道連盟					
8	月	トータルスポーツ大会								
9	火	一般公開(バウンドテニス・卓球) <卓球指導 午前・夜間>			文化・スポーツ課	名取体操	合気道協会	自主	自主	自主
10	水	一般公開(バレーボール)	一般公開(バスケットボール)		バランスポール⑤	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
11	木	一般公開(卓球・バドミントン)			増田公民館	剣道連盟	自主	自主	自主	
12	金	バレーボール教室③	一般公開(バレーボール)		ポテジジャンプ	武道	武道	自主	自主	自主
13	土	友情ネットプロジェクト		スマイルバスケ教室(市バスケ協会)	友情ネット	市柔道協会	武道			自主
14	日	スポーツ祭(市卓球協会)		一般公開(卓球・バドミントン)	市空道協会	武道	武道	自主	講習	自主
15	月	一般公開(卓球・バドミントン)			増田公民館	カラダづくり①	空手道協会	自主	自主	自主
16	火	サークル交流会運動会(こども支援課)			(株)exp g	いきいきフィットクラブ	名取体操	合気道協会	講習	自主
17	水	一般公開(バレーボール)	一般公開(バスケットボール)		健康ダンスステップ②	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
18	木	一般公開(卓球・バドミントン)		(株)exp g	ポテジジャンプ	エクササイズ②	剣道連盟	自主	自主	自主
19	金	バレーボール教室④	一般公開(バレーボール)		エクササイズパーティ	武道	武道	自主	自主	自主
20	土	キッズアカデミー	一般公開(卓球・バドミントン)		武道	武道	武道	自主	講習	自主
21	日	スポーツ祭(市バドミントン協会)		スマイルバスケ教室(市バスケ協会)	武道	レオ柔術クラブ	武道	自主	自主	自主
22	月	職員採用試験(総務課)		一般公開(卓球・バドミントン)	総務課	空手道協会				自主
23	火	休館日								
24	水	一般公開(バスケットボール)		(株)exp g	健康ダンスステップ③	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
25	木	一般公開(卓球・バドミントン)		ドッジボール講習会(文化・スポーツ課)	武道	増田公民館	剣道連盟	自主	自主	自主
26	金	バレーボール教室⑤	一般公開(バレーボール)		ポテジジャンプ	武道	武道	自主	自主	講習
27	土	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
28	日	スポーツ祭(市剣道連盟)		スマイルバスケ教室(市バスケ協会)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
29	月	一般公開(卓球・バドミントン)			ポテジジャンプ	カラダづくり②	空手道協会	自主	自主	自主
30	火	一般公開(バウンドテニス・卓球)			いきいきフィットクラブ	名取体操	合気道協会	自主	自主	自主
31	水	一般公開(バレーボール)	一般公開(バスケットボール)		健康ダンスステップ④	名取体操	空道協会	自主	自主	自主

《利用上の注意》

- 1 スポーツウェア、スポーツシューズを着用して利用してください。(土足やジーンズ等による利用は禁止)
- 2 スポーツ用具は各自で準備していただき、夜間の高校生以下の入館及び利用には、必ず保護者が同伴し受付を行ってください。
- 3 一般公開(卓球指導)とは希望者に卓球の技術指導することで、午前1区分10分、夜間1区分10分です。
- 4 トレーニング講習日の開始時間は「①午前10時」「②午後2時」「③夜間7時」からの3区分で行います。
講習を希望される方は、受講時間までに受付窓口または事前に電話で申込みして下さい。
※トレーニング室は、高校生以下を除く名取市民等で「トレーニング許可証」を持っている方のみでの利用となります。
- 5 市民無料開放の区分は「名取市民等」に限ってアリーナ、武道場、トレーニング室とも無料でご利用いただけます。
- 6 名取市民無料開放のアリーナの種目は「卓球・バドミントン」となっています。

諸事情により行事予定の変更もありますので、電話確認の上ご利用いただくようお願いいたします。

10月受付開始行事

こどもカラダづくり教室Ⅱ

★子どもたちの潜在的な能力を引き出してみませんか？

1日(月) 9:00～受付開始
 【10月】 【時間】 【参加費】
 15日(月) 15:30～16:30 1,000円
 29日(月) 【場所】 【定員】
 【11月】 名取市民体育館 武道場 20名
 5日(月) 【講師】
 12日(月) 西間木 由美氏
 19日(月) (一般社団法人ボディジャンプ)
 【対象】
 名取市在住の5～6歳の幼児(未就学児)
 ※平成24年4月～平成26年3月生まれ

テニス教室Ⅲ

★レベルを問わず楽しめます！

4日(木) 9:00～受付開始
 【10月】 【時間】
 18日(木) 10:00～12:00
 25日(木) 【場所】
 【11月】 市民庭球場
 1日(木) 【講師】
 8日(木) エムズテニスパーク
 15日(木) コーチングスタッフ
 【参加費】
 1,500円
 【定員】
 16名
 【対象】
 名取市在住・在勤の方で
 男女や年齢は問いません。
 レベルも問いません。

らくらく健康ダンスステップⅡ

★体力に自信がない方も気軽にご参加ください！

3日(水) 9:00～受付開始
 【10月】 【時間】 【参加費】
 17日(水) 10:00～11:30 1,500円
 24日(水) 【場所】 【定員】
 31日(水) 名取市民体育館 武道場 30名
 【11月】 【講師】 【対象】
 7日(水) 佐々木 早苗氏 名取市在住・在勤の方で
 14日(水) (フィットネスサポーター) 男女や年齢は問いません。



10月開催中行事

- ①シニア向け健康エクササイズ教室Ⅱ
- ②リズムエクササイズ教室Ⅱ
- ③なとりんキッズフィットクラブⅡ

【10月】 【1月】
 4日(木) 10日(木)
 18日(木) 17日(木)
 【11月】 【2月】
 1日(木) 7日(木)
 15日(木) 21日(木)
 【12月】 【3月】
 6日(木) 7日(木)
 20日(木) 14日(木)
 【場所】
 名取市民体育館 武道場
 【時間】
 ①13:15～14:15
 ②14:30～15:30
 ③15:45～16:45

- ①バランスボールで体幹を鍛えよう！Ⅲ
- ②ママのためのバランスボールエクササイズⅢ

【10月】 ※第3回までの教室は9月で終了しています。
 3日(水) ①9:15～10:15 ②10:30～11:30
 10日(水) ①9:15～10:15 ②10:30～11:30
 【場所】
 名取市民体育館 武道場

バレーボール教室

【10月】 ※第2回までの教室は9月で終了しています。
 12日(金) 9:30～11:30
 19日(金) 9:30～11:30
 26日(金) 9:30～11:30
 【場所】
 名取市民体育館 アリーナ



ノルディックウォーキング定期教室

【日時】
 23日(火) 10:00～12:00
 【コース】 【難易度】 【集合場所】
 熊野二社巡り ★★★ ゆりが丘公民館

※事前登録が必要です！

卓球指導

2日(火) 午前の部 9:30～
 夜間の部 18:30～
 9日(火) 午前の部 9:30～
 夜間の部 18:30～

※1人10分の指導が受けられます。
 定員は13名となります。
 ※当日、先着順に受け付けします。但し、
 中高生の受付は19:00以降となります。

トレーニング講習

3日(水) 夜間の部 19:00～
 14日(日) 午後の部 14:00～
 16日(火) 午前の部 10:00～
 20日(土) 午後の部 14:00～
 26日(金) 夜間の部 19:00～

※1回60分～90分程度の講習です。
 ※事前予約・当日受付が可能です。
 ※実際にマシンの体験をしていただくので、**スポーツウェア・スポーツシューズ**をご用意ください。