

# 名取市民体育館 11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	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	エクササイズ③	剣道連盟	講習	自主	自主
2	金	秋祭り(商工観光課)								
3	土	秋祭り(商工観光課)								
4	日	会長杯(市バウンドテニス協会)	一般公開(卓球・バドミントン)		武道	武道	武道	自主	自主	自主
5	月	高体連バスケット仙南大会			増田公民館	カラダづくりⅡ③	空手道協会	自主	自主	自主
6	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
7	水	一般公開(バレーボール)	宮城県高等学校新人大会(県剣道連盟)		健康ダンスステップⅡ④	県剣道連盟	空道協会	自主		自主
8	木	宮城県高等学校新人大会(県剣道連盟)					剣道連盟			自主
9	金	宮城県高等学校新人大会(県剣道連盟)								
10	土	宮城県高等学校新人大会(県剣道連盟)		定例会(市卓球協会)	県剣道連盟		市柔道協会			自主
11	日	二市二町親善交流大会(市バレー協会)		スマイルバスケット教室(市バスケット協会)	市柔道協会	武道	市剣道連盟	自主	講習	自主
12	月	一般公開(卓球・バドミントン)	卓球・バドミントン教室Ⅰ①	一般公開(卓球・バドミントン)	ポテジヤンプ	カラダづくりⅡ④	空手道協会	自主	自主	自主
13	火	一般公開(バウンドテニス・卓球)		ゼビオ株式会社	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
14	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Ⅱ⑤	名取体操	空道協会	講習	自主	自主
15	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	エクササイズ④	剣道連盟	自主	自主	自主
16	金	一般公開(バレーボール)			エクササイズバーティ	武道	武道	自主	自主	自主
17	土	職員卓球県大会(総務課)		和道会北日本大会(市空手道協会)	総務課					
18	日	和道会北日本大会(市空手道協会)		一般公開(卓球・バドミントン)	市空手協会	市剣道連盟				自主
19	月	追加健診(保健センター)		一般公開(卓球・バドミントン)	増田公民館	カラダづくりⅡ⑤	空手道協会			自主
20	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
21	水	一般公開(バレーボール)	一般公開(バスケットボール)		武道	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
22	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	増田公民館	剣道連盟	自主	自主	自主
23	金	中学生選手権予選(県空手道連盟)		練習会(市バウンドテニス協会)	県空手連盟		市剣道連盟			講習
24	土	東北ブロック大会(市バウンドテニス協会)		スマイルバスケット教室(市バスケット協会)	市剣道連盟		武道	自主	自主	自主
25	日	スポーツ祭(市バスケット協会)			武道	武道		自主	自主	
26	月	一般公開(卓球・バドミントン)	卓球・バドミントン教室Ⅰ②	一般公開(卓球・バドミントン)	ポテジヤンプ	武道	空手道協会	自主	自主	講習
27	火	休館日								
28	水	一般公開(バレーボール)	一般公開(バスケットボール)		武道	武道	空道協会	自主	自主	自主
29	木	一般公開(卓球・バドミントン)			エクササイズバーティ	武道	剣道連盟	自主	自主	自主
30	金	一般公開(バレーボール)			武道	名取体操	武道	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。

## 11月受付開始行事

### ①初心者バドミントン教室Ⅰ ②卓球教室Ⅰ

★基礎からしっかり、楽しく教わられます！

5日(月) 9:00～受付開始

【11月】	【時間】	【対象】
12日(月)	13:30～15:30	名取市在住、在勤の方で「初心者」または「初級レベル」 男女や年齢は問いません。
26日(月)	【場所】	
【12月】	名取市民体育館 アリーナ	【参加費】 各1,500円
3日(月)	【講師】	【定員】 ①20名 ②30名
10日(月)	①仙台市バドミントン協会 古橋 政紀氏 他アシスタント1名	
17日(月)	②名取市卓球協会 阿部 文男氏 他補助員数名	

## 11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

※第2回までの教室は10月で終了しています。

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

### ノルディックウォーキング定期教室

【日時】  
1日(木) 9:00～16:00

【コース】 【難易度】  
蔵王・不忘平和記念公園 ★★

【集合場所】  
名取市民体育館  
(バスで移動します)



※事前登録が必要です！

### らくらく健康ダンスステップⅡ

【11月】※第3回までの教室は10月で終了しています。

7日(金) 10:00～11:30  
14日(金) 10:00～11:30

【場所】  
名取市民体育館 武道場

### こどもカラダづくりⅡ

【11月】※第2回までの教室は10月で終了しています。

5日(月) 15:30～16:30  
12日(月) 15:30～16:30  
19日(月) 15:30～16:30

【場所】 名取市民体育館 武道場

### トレーニング講習

1日(木)	午前の部	10:00～
11日(日)	午後の部	14:00～
14日(水)	午前の部	10:00～
23日(金)	夜間の部	19:00～
26日(月)	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。

### 卓球指導

6日(火)	午前の部	9:30～
	夜間の部	18:30～
20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、先着順に受け付けます。但し、中高生の受付は  
**19:00以降**となります。

