

# 名取市民体育館 7月 行事予定表

令和元年

〒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)			ヨガⅡ④	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)	老人スポーツ大会準備(介護長寿課)		エクササイズパーティ	名取体操	空道協会	自主	講習	自主
4	木	老人スポーツ大会(介護長寿課)		一般公開(卓球・バドミントン)	武道	エクササイズ前席部	剣道連盟	自主	自主	自主
5	金	東北体育大会(東北高専体育連盟)			武道	ちびっこⅡ④		東北高専体育連盟		
6	土	東北体育大会(東北高専体育連盟)								
7	日	参議院議員通常選挙(選挙管理委員会)								
8	月	一般公開(卓球・バドミントン)			ヨガⅡ⑤	武道	空手道協会	自主	自主	自主
9	火	生き生きスポーツ(文化・スポーツ課)	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
10	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
11	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主
12	金	一般公開(バレーボール)	ちびっこⅡ⑤	一般公開(バレーボール)	武道	武道	武道	自主	自主	講習
13	土	県ミニバス交歓大会(市バス協)			武道	武道		自主	自主	
14	日	県ミニバス交歓大会(市バス協)			武道	武道		自主	自主	
15	月	少年剣道交流大会(市剣道連盟)			武道	武道		自主	自主	
16	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	講習	自主	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)		武道	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)			武道	エクササイズ前席部	剣道連盟	自主	自主	自主
19	金	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	総合健診(保健センター)		一般公開(卓球・バドミントン)	武道	武道	武道	保健センター	自主	
21	日	参議院議員通常選挙(選挙管理委員会)								
22	月	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	武道	空手道協会	講習	自主	自主
23	火	休館日								
24	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
25	木	生き生きスポーツ(文化・スポーツ課)	一般公開(卓球・バドミントン)		エクササイズパーティ	武道	剣道連盟	自主	自主	自主
26	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
27	土	オープン卓球大会(市卓球協)			市卓球協会			市卓球協会		
28	日	会長杯(市バレーボール協)		一般公開(卓球・バドミントン)	市柔道協会	武道	武道	自主	講習	自主
29	月	総合健診(保健センター)			ヒップホップ①	武道	空手道協会	保健センター		
30	火	総合健診(保健センター)		一般公開(バウンドテニス・卓球)	いきいき フィットクラブ	武道	合気道協会	保健センター	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)		エクササイズパーティ	武道	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。

## 7月受付開始行事

### ヒップホップ教室

★夏休みの思い出をつくりませんか？

8日(月) 9:00～受付開始  
 【7月】 【時間】 【参加費】  
 29日(月) 10:00～11:30 各回300円  
 【8月】 【場所】 【定員】  
 5日(月) 名取市民体育館 武道場 各回 20名  
 【対象】  
 名取市内の小学生  
 【講師】  
 一般社団法人ボディジャンプ 菅野 正利氏

### かけっこ教室

★かけっこに必要な体づくりとコツを伝えます♪

3日(水) 9:00～受付開始  
 【7月】 【対象】 【参加費】  
 24日(水) 名取市内の小学生 500円  
 31日(水) 【定員】  
 【8月】 20名  
 7日(水)  
 【時間】  
 9:30～10:30  
 【場所】  
 増田グラウンド  
 ※天候不良の場合は増田体育館  
 【講師】  
 一般社団法人ボディジャンプ  
 阿久津 美和子氏



## 7月開催中行事

### テニス教室Ⅱ

【7月】※第5回と予備日は8月に開催します。  
 4日(木) 【時間】  
 11日(木) 19:30～21:00  
 18日(木) 【場所】  
 25日(木) 十三塚公園市民庭球場

### こども水泳チャレンジⅢ

【7月】 【時間】  
 6日(土) (幼児コース) (児童コース)  
 7日(日) 13:30～14:30 14:45～15:45  
 【場所】  
 セントラルフィットネスクラブ名取南仙台 プール

### ちびっこ体操教室

第二部(③・④)※第3回までは6月で終了しています。  
 5日(金)  
 12日(金)  
 第三部(⑤)※第3～5回は8月に開催します。  
 19日(金)  
 26日(金)  
 【時間】③⑤15:45～16:45  
 ④16:45～17:45  
 【場所】③④名取市民体育館 武道場  
 (第二部の5回目はアリーナ)  
 ⑤愛島小学校 体育館

### リフレッシュヨガ教室Ⅱ

【7月】※第3回までは6月で終了しています。  
 1日(月) 【時間】  
 8日(月) 10:00～11:30  
 【場所】  
 名取市民体育館 武道場

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

### トレーニング講習

3日(水) 午後の部 14:00～  
 12日(金) 夜間の部 19:00～  
 16日(火) 午前の部 10:00～  
 22日(月) 午前の部 10:00～  
 28日(日) 午後の部 14:00～

※1回60～90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

2・16日(火) 午前の部 9:30～  
 (受付→市内 9:00～ 市外 9:30～)  
 夜間の部 18:30～  
 (受付→市内 18:00～ 市外 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、中高生の夜間の部の受付は**19:00以降**となります。

【7月】※第6回までは6月で終了しています。

4日(木)  
 18日(木)  
 【時間】 【場所】  
 ①13:15～14:15 名取市民体育館 武道場  
 ②14:30～15:30  
 ③15:45～16:45

### ノルディックウォーキング定期教室

【日時】 【難易度】  
 23日(火) 10:00～12:00 ★★  
 【コース】 【集合場所】  
 佐倍乃(道祖)神社・竹林道コース 十三塚公園管理棟

※事前登録が必要です！