

# 名取市民体育館 12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	日	スポーツ交流会			スポーツ			自主	自主	
2	月	卓球・バドミントン教室I③	一般公開(卓球・バドミントン)		武道	こどもカラダII⑤	空手道協会	自主	自主	自主
3	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
4	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	講習	自主	自主
5	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	エクササイズ 後期⑤	剣道連盟	自主	自主	自主
6	金	なとり幼稚園バレーボール部	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
7	土	一般公開(卓球・バドミントン)			東北フェンシング		武道	自主	講習	自主
8	日	市内交流バスケ大会(市バスケ協会)			武道	武道		自主	自主	
9	月	卓球・バドミントン教室I④	一般公開(卓球・バドミントン)		武道	武道	空手道協会	自主	自主	自主
10	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
11	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
12	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
13	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	講習
14	土	ラージボール大会(市卓球協会)	一般公開(卓球・バドミントン)		武道	市柔道協会	武道	自主	自主	自主
15	日	ウインターカップ(市バレーボール協会)	一般公開(卓球・バドミントン)		武道	武道	武道	自主	自主	自主
16	月	卓球・バドミントン教室I⑤	一般公開(卓球・バドミントン)		武道	武道	空手道協会	自主	自主	自主
17	火	学校法人恭敬学園	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
18	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	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
19	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	エクササイズ 後期⑥	剣道連盟	自主	講習	自主
20	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
21	土	一般公開(卓球・バドミントン)			県剣道連盟		武道	自主	自主	自主
22	日	県少年剣道講習会(市剣道連盟)			市剣道連盟			市剣道連盟		
23	月	一般公開(卓球・バドミントン)			エクササイズ パーティ	武道	空手道協会	講習	自主	自主
24	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	武道	武道	自主	自主	自主
25	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	武道	自主	自主	自主
26	木	保 守 点			検 査			日		
27	金	保 守 点			検 査			日		
28	土	休 館			日					
29	日	休 館			日					
30	月	休 館			日					
31	火	休 館			日					

## 《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。

## 12月開催中行事

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

【12月】※第7回目以降は1月から開催されます。  
5日（木）  
19日（木）  
【時間】①13：15～14：15  
②14：30～15：30  
③15：45～16：45  
【場所】名取市民体育館 武道場

- ①初心者卓球教室 I
- ②初心者バドミントン教室 I

【12月】※第2回までは11月で終了しています。  
2日（月）  
9日（月）  
16日（月）  
【時間】①②9：30～11：30  
【場所】名取市民体育館 アリーナ



### こどもカラダづくり教室Ⅱ

【12月】※第4回までは11月で終了しています。  
2日（月）  
【時間】15：30～16：30  
【場所】名取市民体育館 武道場

### トレーニング講習

4日（水）	午前の部	10：00～
7日（土）	午後の部	14：00～
13日（金）	夜間の部	19：00～
19日（木）	午後の部	14：00～
23日（月）	午前の部	10：00～

※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

3・10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、中高生の夜間の受付は、19：00以降となります。

## 年末年始のお知らせ

### 市民体育館 一般利用について

年末の開館日：12月25日（水） 21：00まで  
年始の開館日：1月5日（日） 9：00から

※12月26日（木）～1月4日（土）は休館日



## トレーニング室利用について

★令和2年1月1日（水）より、名取市内に在住・在学している高校生のトレーニング室の利用が可能になりました。利用上の注意を確認し、ぜひご利用ください。

- ・トレーニング講習を必ず受講し、正しいマシンの使い方を理解しましょう。
- ・フリーウエイトの利用は禁止とし、マシンのみ利用が可能です。
- ・夜間の利用はできません。午前・午後のみ利用してください。