

# 名取市民体育館 7月 行事予定表

令和2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	水	学校教育課(増田中学校)		一般公開(バレーボール)	バラスポールⅡ⑤	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
2	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	エクササイズ前期⑦	剣道連盟	自主	自主	自主
3	金	一般公開(バレーボール)			武道	ちびっこ体操	武道	講習	自主	自主
4	土	一般公開(バレーボール)	プラネッツクラブ	一般公開(バレーボール)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
5	日	親善交流大会(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
6	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
7	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
8	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
9	木	一般公開(卓球・バドミントン)			エクササイズパーティ	増田エアロビ愛好会	剣道連盟	自主	自主	自主
10	金	一般公開(バレーボール)			武道	ちびっこ体操	武道	自主	自主	自主
11	土	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	武道	武道	自主	講習	自主
12	日	名取市長選挙(選挙管理委員会)								
13	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
14	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
15	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	講習	自主
16	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
17	金	一般公開(バレーボール)			武道	ちびっこ体操	武道	自主	自主	自主
18	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
19	日	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
20	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	自主	自主	自主
21	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
22	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	武道	自主	自主	自主
23	木	一般公開(バスケットボール)			武道	増田エアロビ愛好会	武道	自主	自主	自主
24	金	中体連(バスケットボール)								
25	土	中体連(バスケットボール)								
26	日	会長杯(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	講習
27	月	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
28	火	休館日								
29	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
30	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	エクササイズ前期⑧	剣道連盟	自主	自主	講習
31	金	一般公開(バレーボール)			武道	ちびっこ体操	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、**受講日前日までに事前に電話で申込みして下さい。**  
※トレーニング室は、市内に在住または在勤・在学している、トレーニング講習を受講し許可を受けた高校生以上の方のみ利用できます。  
※トレーニング室の高校生の利用は午前・午後のみ利用になりますが、**フリーウエイト・夜間利用時(夜間の講習時)はトレーニング許可証を持っている指導者や保護者同伴に限り認めます。**
- 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

6日(月) 9:00~受付開始  
 【7月】27日(月)  
 【8月】3日(月)  
 【時間】16:30~17:30  
 【場所】増田体育館  
 【定員】各回20名  
 【対象】名取市内の小学生  
 【参加費】各回300円  
 【講師】菅野 正利氏

### かけっこ

8日(水) 9:00~受付開始  
 【7月】22日(水)・29日(水)  
 【8月】5日(水)  
 【時間】16:30~17:30  
 【場所】増田グラウンド  
 【定員】20名  
 【対象】名取市内の小学生  
 【参加費】500円  
 【講師】濱野 友弘氏



## 7月開催中行事

### ちびっこ体操教室

【7月】  
 ≪第1部≫  
 3・10・17日(金)  
 ≪第2部≫※第2回からは8月に開催します。  
 31日(金)  
 【時間】  
 ①③15:45~16:30  
 ②④16:45~17:30  
 【場所】  
 名取市民体育館 武道場

### 子ども水泳チャレンジ

【7月】≪第3期≫  
 4日(土) 5日(日)  
 【時間】  
 幼児コース: 13:30~14:30  
 児童コース: 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

### テニスⅡ

※第5回は8月に開催します。  
 【7月】  
 2・9・16・30日(木)  
 【時間】  
 19:30~21:00  
 【場所】  
 名取市民庭球場

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

【7月】  
 2・30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

### ノルディックウォーキング 定期教室

【7月】28日(火)  
 【時間】10:00~12:00  
 【集合】ゆりが丘公民館  
 【コース】海の見える丘公園コース  
 【難易度】★★



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

※第4回までは6月で終了しています。  
 【7月】  
 1日(水)  
 【時間】① 9:15~10:15  
 ②10:30~11:30  
 【場所】名取市民体育館 武道場

### コンディショニングヨガⅠ

※第1回は6月で終了しています。  
 【7月】  
 7・14日(火)  
 【時間】  
 19:00~20:00  
 【場所】  
 名取市民体育館 第1会議室

### リフレッシュヨガⅡ

※第3回までは6月で終了しています。  
 【7月】  
 6・13日(月)  
 【時間】  
 10:00~11:30  
 【場所】  
 名取市民体育館 武道場

### 卓球指導

7・21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、先着順で受け付けます。但し、中高生の夜間の受付は19:00以降となります。

