

# 名取市民体育館 8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	土	設立30周年大会(県バウンドテニス協会)			一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主			
2	日	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	武道	武道	自主	講習	自主						
3	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						
4	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						
5	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	武道	自主	自主	自主						
6	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	武道	武道	自主	自主	自主						
7	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						
8	土				剣道大会(県高体連剣道専門部)						県高体連剣道専門部					
9	日	剣道大会(県高体連剣道専門部)														
10	月	一般公開(卓球・バドミントン)						武道	武道				自主	自主		
11	火	一般公開(バウンドテニス・卓球)			武道	武道	武道	講習	自主	自主	自主					
12	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						
13	木	一般公開(卓球・バドミントン)						武道	武道				自主	自主		
14	金	一般公開(バレーボール)						武道	武道				自主	自主		
15	土	市民無料開放														
16	日	一般公開(卓球・バドミントン)						武道	武道				自主	自主		
17	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						
18	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	エクササイズパーティ	合気道協会	自主	自主	自主						
19	水	一般公開(バレーボール)	一般公開(バスケットボール)		おやこア①	名取体操	空道協会	講習	自主	自主	自主					
20	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	エクササイズ前期⑨	剣道連盟	自主	自主	自主						
21	金	一般公開(バレーボール)			らくらく健康I①	ちびっこ体操	武道	自主	自主	自主						
22	土	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	市柔道協会	武道	自主	講習	自主						
23	日	サマーカップ(市バレーボール協会)			一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主			
24	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						
25	火	休館日														
26	水	生き生きスポーツ(文化・スポーツ課)	一般公開(バスケットボール)		おやこア②	名取体操	空道協会	自主	自主	自主						
27	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	エクササイズ前期⑩	剣道連盟	自主	自主	自主						
28	金	一般公開(バレーボール)			らくらく健康I②	ちびっこ体操	武道	自主	自主	自主						
29	土	勉強会・講習会(市卓球協会)						武道	武道				自主	自主		
30	日	一般公開(卓球・バドミントン)						武道	武道	武道	武道	武道	自主			
31	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	講習						

## 《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申込みして下さい。定員は5名です。**  
※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・午後のマシンのみの利用になりますが、**フリーウエイト・夜間利用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。**夜間の講習については、**今後フリーウエイト・夜間利用予定の場合のみ保護者同伴となります。**それ以外は受付時に保護者の確認をさせていただくのみとします。
- 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。

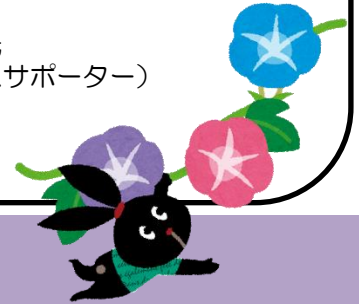
# 8月受付開始行事

## おやコア体操Ⅰ

5日(水) 9:00~受付開始  
【8月】19・26日(水)  
【9月】2・9・16日(水)  
【時間】10:30~11:30  
【場所】名取市民体育館 武道場  
【定員】10組の親子(お子様は対象内の年齢であれば兄弟、姉妹の参加可能です。)  
【対象】市内に在住又は在勤のお母さんとそのお子様(1歳~3歳)  
【参加費】お母さん1,000円・お子様500円/人  
【講師】関本 咲子氏(にこまむフィットネス)

## らくらく健康ダンスステップⅠ

7日(金) 9:00~受付開始  
【8月】21・28日(金)  
【9月】4・11・18日(金)  
【時間】10:00~11:30  
【場所】名取市民体育館 武道場  
【定員】20名  
【対象】市内に在住又は在勤の方で年齢や性別は問いません。  
【参加費】1,500円  
【講師】佐々木 早苗氏  
(フィットネスサポーター)



# 8月開催中行事

## ちびっこ体操教室

【8月】  
《第2部③④》※第1回は7月に終了しています。  
7・21日(金)  
《第3部⑤⑥》※第2回からは9月に開催します。  
28日(金)  
【時間】  
③⑤15:45~16:30  
④⑥16:45~17:30  
【場所】  
名取市民体育館 武道場



## ヒップホップ

【8月】  
3日(月)  
【時間】  
16:30~17:30  
【場所】  
増田体育館

## テニスⅡ

【8月】  
※第4回までは7月に終了しています。  
6日(木)  
【時間】  
19:30~21:00  
【場所】  
名取市民庭球場

## かけっこ

【8月】  
※第2回までは7月に終了しています。  
5日(水)  
【時間】 16:30~17:30  
【場所】 増田グラウンド  
(天候不良時増田体育館)

- 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)

【8月】  
20・27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

## 卓球指導

4・18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。

## トレーニング講習

2日(日) 午後の部 14:00~  
11日(火) 午前の部 10:00~  
19日(水) 午前の部 10:00~  
22日(土) 午後の部 14:00~  
31日(月) 夜間の部 19:00~  
※1回60~90分程度の講習です。  
※事前予約のみ可能です。講習日前日までにご予約下さい。  
※定員は5名となります。  
※高校生は必ず受講して下さい。  
※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。