

名取市民体育館 11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 | 日 | スポーツ祭(市バドミントン協会) | | 一般公開(卓球・バドミントン) | 市空手道協会 | 武道 | 市剣道連盟 | 自主 | 講習 | 自主 |
| 2 | 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 |
| 3 | 火 | 一般公開(卓球・バドミントン) | | | 武道 | 武道 | 市剣道連盟 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 4 | 水 | 胃がん検診(市保健センター) | | | エクササイズパーティ | 名取体操 | 空道協会 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 5 | 木 | 胃がん検診(市保健センター) | | 一般公開(卓球・バドミントン) | 武道 | エクササイズ後期③ | 剣道連盟 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 6 | 金 | 一般公開(バレーボール) | | | らくらく健康ダンスII③ | 武道 | 武道 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 7 | 土 | 定期交流戦(市卓球協会) | 定例会(市卓球協会) | | 武道 | 武道 | | 自主 | 自主 | |
| 8 | 日 | 会長杯(市バウンドテニス協会) | | 一般公開(バレーボール) | 武道 | 武道 | 市剣道連盟 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 9 | 月 | 高総体仙南予選(県高体連仙南バスケ) | | | エクササイズパーティ | こどもカラダII① | 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 | 講習 | 自主 |
| 11 | 水 | 生き生きスポーツ(文化・スポーツ課) | 県高校新人大会(市剣道連盟) | | 武道 | 市剣道連盟 | | 自主 | 市剣道連盟 | |
| 12 | 木 | 県高校新人大会(市剣道連盟) | | | | | | | | |
| 13 | 金 | 県高校新人大会(市剣道連盟) | | | | | | | | |
| 14 | 土 | 県高校新人大会(市剣道連盟) | | | | 市剣道連盟 | | 市剣道連盟 | | |
| 15 | 日 | 一般公開(卓球・バドミントン) | | | 仙南地区高体連柔道専門部 | 武道 | | 自主 | 自主 | 自主 |
| 16 | 月 | 卓球・バドミントン教室I① | 一般公開(卓球・バドミントン) | | 武道 | こどもカラダII② | 空手道協会 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 17 | 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)＜卓球指導 午後・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 |
| 18 | 水 | 一般公開(バレーボール) | 一般公開(バスケットボール) | | おやコアII① | 名取体操 | 空道協会 | 講習 | 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④ | 剣道連盟 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 20 | 金 | 増田小学校 | 一般公開(バレーボール) | | らくらく健康ダンスII④ | 武道 | 武道 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 21 | 土 | 一般公開(バレーボール) | | | 武道 | 武道 | 武道 | 自主 | 講習 | 自主 |
| 22 | 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 |
| 23 | 月 | 一般公開(バスケットボール) | | | 武道 | 武道 | | 自主 | 自主 | |
| 24 | 火 | 休館日 | | | | | | | | |
| 25 | 水 | 一般公開(バレーボール) | 一般公開(バスケットボール) | | おやコアII② | 名取体操 | 空道協会 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 26 | 木 | 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 |
| 27 | 金 | 一般公開(バレーボール) | | 大会準備兼練習会(市バウンドテニス協会) | らくらく健康ダンスII⑤ | 武道 | 武道 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 28 | 土 | 東北ブロック大会(市バウンドテニス協会) | | | | 武道 | 武道 | 自主 | 自主 | |
| 29 | 日 | ウインターカップ(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 |
| 30 | 月 | 卓球・バドミントン教室I② | 一般公開(卓球・バドミントン) | | 武道 | こどもカラダII③ | 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。

11月受付開始行事

①卓球Ⅰ ②バドミントンⅠ

2日(月) 9:00~受付開始
【11月】16・30日(月)
【12月】7・14・21日(月)
【時間】9:30~11:30
【場所】名取市民体育館 アリーナ
【定員】①20名 ②15名
【対象】市内在住又は在勤の方で初心者又は初級者
男女や年齢は問いません。
【参加費】各1,500円
【講師】①名取市卓球協会 数名
②古橋 政紀氏(仙台市バドミントン協会) 他1名

おやコア体操Ⅱ

4日(水) 9:00~受付開始
【11月】18・25日(水)
【12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
(※対象年齢内であればご兄弟の参加可能)
【対象】市内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)

11月開催中行事

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

【11月】※第5回からは12月以降に開催します。

5・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

テニスⅢ

【11月】※第3回までは10月に終了しています。
5・12(木) ※予備日:19日(木)
【時間】10:00~12:00
【場所】名取市民庭球場

らくらく健康ダンスステップⅡ

【11月】※第2回までは10月に終了しています。
6・20・27日(金)
【時間】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4回からは12月に開催します。
9・16・30日(月)
【時間】15:30~16:30
【場所】名取市民体育館 武道場

卓球指導

10・17日(火) ※17日は午後・夜間
午前の部 9:30~
(受付→市内: 9:00~市外: 9:30~)
午後の部 13:30~
(受付→市内: 13:00~市外: 13:30~)
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。
※今月は17日のみ、午後と夜間の指導になります。
お間違いのないようお願い致します。

トレーニング講習

1日(日) 午後の部 14:00~
10日(火) 午後の部 14:00~
18日(水) 午前の部 10:00~
21日(土) 午後の部 14:00~
30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。

