

名取市民体育館 4月 行事予定表

令和3年

〒981-1224 名取市増田字柳田250番地

TEL (022)384-3161

FAX (022)384-3163

3月22日現在

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	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
2	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
3	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
4	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
5	月	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
6	火	一般公開(パウンドテニス・卓球)			武道	武道	合気道協会	自主	自主	自主
7	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	講習
8	木	増田中学校入学式準備(学校教育課)			武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主
9	金	増田中学校入学式(学校教育課)		一般公開(バレーボール)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
10	土	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
11	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
12	月	新型コロナワクチン接種			新型コロナワクチン接種	保健センター	空手道協会	自主	自主	自主
13	火						合気道協会	自主	自主	自主
14	水				保健センター	ワクチン接種	剣道連盟	自主	自主	自主
15	木				新型コロナワクチン接種	武道	講習	自主	自主	自主
16	金				新型コロナワクチン接種	武道	自主	自主	自主	自主
17	土	新型コロナワクチン接種			新型コロナワクチン接種	武道	自主	自主	自主	
18	日	和道会宮城県予選(市空手道協会)		市空道協会	武道		自主	自主		
19	月	新型コロナワクチン接種			新型コロナワクチン接種	空手道協会	空手道協会	自主	自主	自主
20	火						合気道協会	自主	自主	自主
21	水						空道協会	自主	講習	自主
22	木						剣道連盟	自主	自主	自主
23	金						武道	自主	自主	自主
24	土	一般公開(卓球・バドミントン)		武道	武道		自主	自主		
25	日	選挙管理委員会								
26	月	新型コロナワクチン接種			新型コロナワクチン接種	空手道協会	空手道協会	自主	自主	自主
27	火						合気道協会	自主	自主	自主
28	水						空道協会	自主	自主	自主
29	木	宮城県シニア大会(市バドミントン協会)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
30	金	新型コロナワクチン接種			新型コロナワクチン接種	武道	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。

4月受付開始行事



リフレッシュヨガⅠ

★1日(木) 9:00~受付開始
【4月】12・19・26日(月)
【5月】10・17日(月)
【時間】10:00~11:30
【場所】増田体育館
【定員】20名
【対象】市内に在住又は在勤・在学の方で
男女や年齢は問いません。
【参加費】1,500円
【講師】熊谷 真智子氏
(ヨガライフシステム研究所登録指導員)

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

★7日(水) 9:00~受付開始
【4月】21・28日(水)
【5月】12・19・26日(水)
【時間】①9:15~10:15 ②10:30~11:30
【場所】増田体育館
【定員】①15名 ②10名
【対象】①②市内に在住又は在勤の方で医師からの運動制限を
受けていない方。
②2~12か月の赤ちゃんとそのお母さん。
【参加費】各1,500円
【講師】はんだ ゆきえ氏 (Twinkle mamaby)

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)

★2日(金) 9:00~受付開始
【4月】15・22日(木) 【5月】 6・20日(木)
【6月】 3・17日(木) 【7月】 1・15日(木)
【8月】 5・19日(木) 【9月】 2・16日(木)
【時間】①13:15~14:15
②14:30~15:30
③15:45~16:45
【場所】増田体育館
【定員】各30名
【対象】①②市内に在住又は在勤・在学の方で男女や年齢は
問いません。
③市内に在住の小学1年生~3年生
【参加費】①②3,500円 ③2,000円
【講師】高橋 もゆる氏 (信用堂スポーツ企画)

テニスⅠ

★15日(木) 9:00~受付開始
【5月】13・20・27日(木)
【6月】 3・17日(木) ※24日(木) 予備
【時間】10:00~12:00
【場所】名取市民庭球場
【定員】16名
【対象】市内に在住又は在勤・在学の方で
男女や年齢は問いません。
【参加費】1,500円
【講師】エムズテニスパーク スタッフ

トレーニング講習

4日(日) 14:00~ 21日(水) 14:00~
7日(水) 19:00~ 30日(金) 19:00~
16日(金) 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。
※高校生で利用を考えている方は、必ず講習を受講してください。
ただし、夜間の部は指導者や保護者同伴です。
※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。

こども水泳チャレンジ

★23日(金) 9:00~11:00 増田体育館 受付開始
①【5月】22日(土) 23日(日)
②【6月】19日(土) 20日(日)
③【7月】 3日(土) 4日(日)
【時間】幼児:13:30~14:30
児童: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
【定員】幼児:25名 児童:35名
【対象】幼児:市内の満3歳の幼児~年長
(オムツが外れて親元を離れても大丈夫な子)
児童:市内の小学1年生~小学6年生
【参加費】1期(2日間)で4,400円
(参加者3,300円、体育協会1,100円補助)
【講師】セントラルフィットネスクラブインストラクター

