

名取市民体育館 11月 行事予定表

令和3年
10月20日

〒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	月	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			エクササイズパーティ	武道	空手道協会	自主	自主	自主			
2	火				武道	武道	武道	自主	自主	自主			
3	水				空道協会	武道	武道	自主	講習	自主			
4	木				武道	エクササイズ後期③	剣道連盟	自主	自主	自主			
5	金				らくらく健康ダンスⅡ②	武道	武道	自主	自主	自主			
6	土				武道	武道	自主	自主	自主				
7	日				武道	名取体操	剣道連盟	自主	自主	自主			
8	月	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			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	講習			
9	火				いきいきフィットクラブ	武道	合気道協会	自主	自主	自主			
10	水				武道	名取体操	空道協会	自主	自主	自主			
11	木				武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主			
12	金				らくらく健康ダンスⅡ③	武道	武道	自主	自主	自主			
13	土				武道	武道	自主	自主	自主				
14	日				武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主			
15	月	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			エクササイズパーティ	こどもカラダⅡ②	空手道協会	自主	自主	自主			
16	火				いきいきフィットクラブ	武道	合気道協会	自主	自主	自主			
17	水				おやコアⅡ①	名取体操	空道協会	講習	自主	自主			
18	木				武道	エクササイズ後期④	剣道連盟	自主	自主	自主			
19	金				らくらく健康ダンスⅡ④	武道	剣道連盟	自主	自主	自主			
20	土				総合検診(保健センター)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
21	日							柔道協会	武道	自主	自主	自主	
22	月	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			エクササイズパーティ	こどもカラダⅡ③	空手道協会	自主	自主	自主			
23	火				武道	武道	武道	自主	自主	自主			
24	水	武道	名取体操	空道協会	自主	自主	自主						
25	木	武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主						
26	金	アリーナ修繕			らくらく健康ダンスⅡ⑤	武道	武道	自主	自主	自主			
27	土				武道	武道	武道	自主	講習	自主			
28	日				武道	武道	自主	自主	自主				
29	月	アリーナ修繕			エクササイズパーティ	こどもカラダⅡ④	空手道協会	自主	自主	自主			
30	火				いきいきフィットクラブ	武道	合気道協会	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

バドミントンⅠ

★1日(月) 9:00~受付開始
 【11月】15・22・29日(月)
 【12月】6・13日(月)
 【時間】9:30~11:30
 【場所】関上体育館
 【定員】16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】1,500円
 【講師】古橋 政紀氏(仙台市バドミントン協会)

卓球Ⅰ

★2日(火) 9:00~受付開始
 【11月】16・30日(火)
 【12月】7・14・21日(火)
 【時間】13:30~15:30
 【場所】関上体育館
 【定員】16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】1,500円
 【講師】阿部 文男氏

11月開催中行事

※新型コロナウイルス感染拡大状況により、延期・中止となる場合があります。
 あらかじめご了承ください。

テニスⅢ

★第3回までは10月に終了しています。
 【11月】4・11日(木)
 ※予備日:18日(木)
 【時間】10:00~12:00
 【場所】市民庭球場

らくらく健康ダンスステップⅡ

★第1回は10月に終了しています。
 【11月】
 5・12・19・26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

★第5回は12月に開催します。
 【11月】
 8・15・22・29日(月)
 【時間】15:30~16:30
 【場所】名取市民体育館 武道場

リフレッシュヨガⅠ 延期分

★第4回までは10月に終了しています。
 【11月】8日(月)
 【時間】10:00~11:30
 【場所】増田体育館

コンディショニングヨガⅡ

★第2回までは10月に終了しています。
 【11月】8・22・29日(月)
 【時間】19:00~20:00
 【場所】増田公民館 講義室

おやコア体操Ⅱ

★第2回からは12月に開催します。
 【11月】17日(水)
 【時間】10:30~11:30
 【場所】名取市民体育館 武道場

第1回楽しく歩こう健康ウォーキング

【11月】7日(日)
 【時間】9:00~
 ※小雨決行(大雨の場合、中止)
 【場所】みちのく潮風トレイル名取トレイルセンター

- 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)

★第5回は12月以降に開催します。
 【11月】4・18日(木)
 【時間】①13:15~14:15
 ②14:30~15:30
 ③15:45~16:45

トレーニング講習

3日(水) 午後の部 14:00~
 8日(月) 夜間の部 19:00~
 17日(水) 午前の部 10:00~
 27日(土) 午後の部 14:00~
 30日(火) 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。

