

名取市民体育館 1月 行事予定表

〒981-1224 名取市増田字柳田250番地

TEL (022)384-3161

FAX (022)384-3163

12月16日

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	休館			日					
2	月	休館			日					
3	火	休館			日					
4	水	休館			日					
5	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	エクササイズ後期⑦	剣道連盟	自主	自主	自主
6	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
7	土	一万人寒稽古			一万人寒稽古			一万人寒稽古		
8	日	出初式(消防本部)	東北ブロック全剣連剣道講習会(剣道連盟)		消防本部	剣道連盟		消防本部	剣道連盟	
9	月	東北ブロック全剣連剣道講習会(剣道連盟)		一般公開(卓球・バドミントン)	剣道連盟		武道	剣道連盟		自主
10	火	一般公開(卓球・バウンドテニス) <午前:卓球指導>			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
11	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	講習
12	木	一般公開(卓球・バドミントン) <夜間:バドミントン指導>			武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主
13	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
14	土	一般公開(バレーボール)		定例会・卓球のひろば(卓球協会)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
15	日	中学生スポーツ教室(バドミントン協会)	一般公開(バレーボール)	練習試合(ハーツ)	武道	武道	武道	講習	自主	自主
16	月	一般公開(卓球・バドミントン)			エクササイズパーティー	武道	空手道協会	自主	自主	自主
17	火	一般公開(卓球・バウンドテニス) <午前:卓球指導>			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)		武道	名取体操	空道協会	自主	講習	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⑧	剣道連盟	自主	自主	自主
20	金	宮城県高等学校新人バスケットボール大会(宮城県高体連バスケットボール専門部)								
21	土	インドア会長杯(ソフトテニス協会)			一般社団法人悠優会	武道		自主	自主	
22	日	新春サッカー大会(サッカー協会)			武道	文化・スポーツ課	武道	自主	自主	自主
23	月	卓球・バドミントン教室Ⅱ①	一般公開(卓球・バドミントン)		エクササイズパーティー	武道	空手道協会	自主	自主	講習
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)		武道	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) <夜間:バドミントン指導>			武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主
27	金	バレーボール教室①	一般公開(バレーボール)		武道	武道	武道	自主	自主	自主
28	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
29	日	市民バドミントン大会(バドミントン協会)		一般公開(卓球・バドミントン)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
30	月	卓球・バドミントン教室Ⅱ②	一般公開(卓球・バドミントン)		エクササイズパーティー	武道	空手道協会	自主	自主	自主
31	火	一般公開(卓球・バウンドテニス)			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

《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分です。
一般公開(バドミントン指導)とは、希望者にバドミンの技術指導することで、夜間1区分15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。



1月受付開始行事

おやこア体操Ⅰ延期分

★5日(木) 9:00~受付開始
 【1月】17日(火)
 【2月】7・14・21日(火)
 【3月】7日(火)
 【時間】10:30~11:30
 【場所】名取市民体育館 第1会議室
 【定員】10組
 ※対象年齢内であれば、姉弟での参加も可能です
 【対象】市内在住・在勤のお母様とのお子様(1~3歳)
 【参加費】お母様:1,000円、お子様:500円/人
 【講師】久保 奈央氏

バレーボール教室

★13日(金) 9:00~受付開始
 【1月】27日(金)
 【2月】3・10・17・24日(金)
 【場所】名取市民体育館 アリーナ
 【時間】9:30~11:30
 【定員】20名
 【対象】市内に在住又は在勤・在学の方で、
 男女は年齢は問いません。
 【参加費】1,500円
 【講師】大友 一彦氏

卓球教室Ⅱ

★6日(金) 9:00~受付開始
 【1月】23・30日(月)
 【2月】6・13・20日(月)
 【時間】9:30~11:30
 【場所】名取市民体育館 アリーナ
 【定員】16名
 【対象】市内に在住又は在勤・在学の方で
 男女は年齢は問いません。
 【参加費】1,500円
 【講師】阿部 文男氏、アシスタント4名



バドミントン教室Ⅱ

★6日(金) 9:00~受付開始
 【1月】23・30日(月)
 【2月】6・13・20日(月)
 【時間】9:30~11:30
 【場所】名取市民体育館 アリーナ
 【定員】16名
 【対象】市内に在住又は在勤・在学の方で
 男女は年齢は問いません。
 【参加費】1,500円
 【講師】古橋 政紀氏、補助講師1名

2023

1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)

※第9回からは2月以降に開催します。

【1月】5・19日(木) 【時間】①13:15~14:15
 【場所】名取市民体育館 武道場 ②14:30~15:30
 ③15:45~16:45



< バドミントン指導 >

★12・26日(木) 夜間 18:30~
 (受付 市内 18:00~ 市外 18:30~)
 ☆1人15分の指導が受けられます。
 ☆定員は9名となります。
 ☆先着順で受付をします。但し、中高生の
 夜間の受付は18:50以降となります。



トレーニング講習

11日(水) 夜間の部 19:00~
 15日(日) 午前の部 10:00~
 18日(水) 午後の部 14:00~
 23日(月) 夜間の部 19:00~
 28日(土) 午後の部 14:00~

※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下さい。

< 卓球指導 >

★10・17日(火) 午前 9:30~
 (受付 市内 9:00~ 市外 9:30~)
 ☆1人10分の指導が受けられます。
 ☆定員は13名となります。
 ☆先着順で受付をします。

