

# 名取市民体育館 1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

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	金	休館			日					
2	土	休館			日					
3	日	休館			日					
4	月	休館			日					
5	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	武道	武道	自主	自主	自主
6	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	講習	自主	自主
7	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
8	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
9	土	ドッジボール大会(Pchans)		市消防本部	武道	武道	武道	自主	自主	自主
10	日	出初式(市消防本部)	宮城県農業高等学校ソフトテニス部	一般公開(卓球・バドミントン)	市消防本部	武道	武道	市消防本部	講習	自主
11	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
12	火	一般公開(バウンドテニス・卓球)			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
13	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
14	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
15	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	講習
16	土	一般公開(バレーボール)		定例会(市卓球協会)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
17	日	バレーボール大会(名取バレーボールクラブ)			武道	武道		自主	自主	
18	月	一般公開(卓球・バドミントン)	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	講習	自主	自主
19	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
20	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
21	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
22	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
23	土	インドア会長杯(市ソフトテニス協会)			武道	武道		自主	自主	
24	日	一般公開(バスケットボール)			武道	武道	武道	自主	講習	自主
25	月	一般公開(卓球・バドミントン)	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
26	火	休館			日					
27	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
28	木	一般公開(卓球・バドミントン)		仙台東高校バスケットボール部	武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主
29	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
30	土	市バウンドテニス協会		一般公開(卓球・バドミントン)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
31	日	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	武道		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、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。

# 1月受付開始行事

## リフレッシュヨガI (延期分)

5日(火) 9:00~受付開始  
【1月】18・25日(月) 【2月】1・8・15日(月)  
【時間】10:00~11:30  
【場所】名取市民体育館 第1会議室 (正面玄関入って右)  
【定員】10名  
【対象】市内に在住または通勤・通学している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登録指導員)

## こどもカラダづくりI (延期分)

12日(火) 9:00~受付開始  
【2月】8・15・22日(月)  
【3月】1・8日(月)  
【時間】15:30~16:30  
【場所】名取市民体育館 武道場  
【定員】20名  
【対象】市内に在住の5~6歳幼児(平成26~28年3月生まれ)  
【参加費】1,000円  
【講師】中野 世莉加氏

## ①卓球II ②バドミントンII

4日(月) 9:00~受付開始  
【1月】18・25日(月) 【2月】1・8・15日(月)  
【時間】13:30~15:30  
【場所】名取市民体育館 アリーナ  
【定員】①20名 ②15名  
【対象】市内に在住または通勤・通学している方で男女や年齢・レベルは問いません。  
【参加費】各1,500円  
【講師】①名取市卓球協会  
②古橋 政紀氏(仙台市バドミントン協会) 他アシスタント1名



# 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)

【1月】※第9回からは2月以降に開催します。  
7・21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

5・19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、先着順で受け付けします。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

6日(水) 午前の部 10:00~  
10日(日) 午後の部 14:00~  
15日(金) 夜間の部 19:00~  
18日(月) 午前の部 10:00~  
24日(日) 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。