

# 名取市民体育館 7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

6月9日

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	木	新型コロナウイルスワクチン接種			武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主
2	金				武道	武道	武道	自主	自主	自主
3	土				武道	武道		自主	自主	
4	日				武道	武道	武道	自主	自主	自主
5	月	新型コロナウイルスワクチン接種			ヨガII④	エクササイズ パーティ	空手道協会	講習	自主	自主
6	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
7	水				バランスボールII⑤	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
8	木				武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主
9	金				文化 スポーツ課	武道	武道	自主	自主	自主
10	土				武道	柔道協会	武道	自主	講習	自主
11	日				武道	武道		自主	自主	
12	月	新型コロナウイルスワクチン接種			ヨガII⑤	武道	空手道協会	自主	自主	自主
13	火				いきいき フィットクラブ	武道	合気道協会	保健センター		
14	水				武道	名取体操	空道協会	自主	自主	講習
15	木				武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主
16	金				武道	武道	武道	自主	自主	自主
17	土				武道	武道		自主	自主	
18	日				武道	武道	武道	自主	自主	自主
19	月				新型コロナウイルスワクチン接種			エクササイズ パーティ	武道	空手道協会
20	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
21	水	文化 スポーツ課	名取体操	空道協会				自主	自主	自主
22	木	武道	武道					自主	自主	
23	金	武道	武道					自主	自主	
24	土	武道	武道	武道				自主	講習	自主
25	日	武道	武道					自主	自主	
26	月	新型コロナウイルスワクチン接種			エクササイズ パーティ	武道	空手道協会	保健センター		
27	火				いきいき フィットクラブ	武道	合気道協会	保健センター		
28	水				武道	武道	空道協会	自主	自主	講習
29	木				武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主
30	金				武道	武道	武道	自主	自主	自主
31	土				武道	武道	武道	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、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電話で申込みして下さい。定員は各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・午後のみ利用になりますが、**フリーウエイト・夜間利用時(夜間の講習時)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。**
- 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。

## 7月受付開始行事

### ヒップホップ

5日(月) 9:00~受付開始  
 【7月】26日(月)  
 【8月】2日(月)・9日(月)  
 【時間】16:00~17:00  
 【場所】増田体育館  
 【定員】20名  
 【対象】名取市内の小学生  
 【参加費】500円  
 【講師】菅野 正利氏

### かけっこ

7日(水) 9:00~受付開始  
 【7月】21日(水)・28日(水)  
 【8月】4日(水)  
 【時間】16:30~17:30  
 【場所】関上グラウンド  
 (天候不良時 関上体育館)  
 【定員】20名  
 【対象】名取市内の小学生  
 【参加費】500円  
 【講師】濱野 友弘氏

### コンディショニングヨガI

6日(火) 9:00~受付開始  
 【7月】20日(火)  
 【8月】3・10・17・31日(水)  
 【時間】19:00~20:00  
 【場所】増田公民館 講座室4階  
 【定員】10名  
 【対象】名取市在住・在勤、医師から  
 運動制限されていない方  
 【参加費】1,500円  
 【講師】田村 麻利子氏

## 7月開催中行事

### ちびっこ体操教室

《第3部》  
 【7月】16・30日(金)  
 ※3回目は8月に開催します。  
 【時間】⑤15:45~16:30  
 【場所】愛島小学校 体育館

### こども水泳チャレンジ

《第3期》  
 【7月】3日(土)・4日(日)  
 【時間】幼児コース:13:30~14:30  
 児童コース: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

### テニスII

※第5回は8月に開催します。  
 【7月】  
 1・8・15・29日(木)  
 【時間】  
 19:30~21:00  
 【場所】  
 名取市民庭球場



### 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)

【7月】1・15・29日(木) ※29日は、5月6日分の振替日になります。  
 【時間】①13:15~14:15 ②14:30~15:30 ③15:45~16:45  
 【場所】増田体育館

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

※第4回までは6月で終了しています。  
 【7月】7日(水)  
 【時間】① 9:15~10:15  
 ②10:30~11:30  
 【場所】名取市民体育館 武道場

### リフレッシュヨガII

※第3回までは6月で終了しています。  
 【7月】5・12日(月)  
 【時間】10:00~11:30  
 【場所】名取市民体育館 武道場

### トレーニング講習

5日(月) 10:00~  
 10日(土) 14:00~  
 14日(水) 19:00~  
 24日(土) 14:00~  
 28日(水) 19:00~

※1回60~90分程度の講習です。※事前予約が可能です。  
 ※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。

