

名取市民体育館 4月 行事予定表

令和4年

〒981-1224 名取市増田字柳田250番地

TEL (022)384-3161

FAX (022)384-3163

3月15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	金	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道	武道	自主	自主	自主
2	土	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道	武道	自主	講習	自主
3	日	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道		自主	自主	
4	月	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			保健センター	保健センター	空手道協会	自主	自主	自主
5	火	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			保健センター	保健センター	合気道協会	自主	自主	自主
6	水	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道	空道協会	講習	自主	自主
7	木	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主
8	金	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道	武道	自主	自主	自主
9	土	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道		自主	自主	
10	日	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道	武道	自主	自主	自主
11	月	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			保健センター	保健センター	空手道協会	自主	自主	講習
12	火	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			保健センター	保健センター	合気道協会	自主	自主	自主
13	水	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
14	木	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主
15	金	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			ちびっこ申込	武道	武道	自主	自主	自主
16	土	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道	武道	自主	自主	自主
17	日	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			空道協会			自主	自主	
18	月	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			保健センター	保健センター	空手道協会	自主	自主	自主
19	火	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			保健センター	保健センター	合気道協会	自主	自主	講習
20	水	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			バランスボールI①	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
21	木	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			水泳申込	エクササイズ前期①	剣道連盟	自主	自主	自主
22	金	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道	武道	自主	自主	自主
23	土	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道		自主	自主	
24	日	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道	武道	自主	講習	自主
25	月	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			保健センター	保健センター	空手道協会	自主	自主	自主
26	火	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			保健センター	保健センター	合気道協会	自主	自主	自主
27	水	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			バランスボールI②	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
28	木	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	エクササイズ前期②	剣道連盟	自主	自主	自主
29	金	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			武道	武道	武道	自主	自主	自主
30	土	新型コロナウイルスワクチン接種対策室			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

バランスボールで体幹を鍛えよう！Ⅰ

★6日(水) 9:00~受付開始
【4月】20・27日(水)
【5月】11・18・25日(水)
【時間】10:00~11:00
【場所】市民体育館 武道場
【定員】15名
【対象】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。
【参加費】1,500円
【講師】はんだ ゆきえ氏 (Twinkle mamaby)

リフレッシュヨガ教室Ⅰ

★18日(月) 9:00~受付開始
【5月】9・16・23・30日(月)
【6月】6日(月)
【時間】10:00~11:30
【場所】市民体育館 武道場
【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シニア向け健康エクササイズ教室(前期) ②リズムエクササイズ教室(前期) ③なとりんキッズフィットクラブ(前期)

★7日(木) 9:00~受付開始
【4月】21・28日(木) 【5月】12・19日(木)
【6月】2・16日(木) 【7月】7・21日(木)
【8月】4・18日(木) 【9月】1・15日(木)
【時間】①13:15~14:15
②14:30~15:30
③15:45~16:45
【場所】市民体育館 武道場
【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)

テニス教室Ⅰ

★28日(木) 9:00~受付開始
【5月】12・19・26日(木)
【6月】2・16日(木) ※23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

ヒップホップ教室Ⅰ

★25日(月) 9:00~受付開始
【5月】9・16・23日(月)
【時間】16:00~17:00
【場所】市民体育館 武道場
【定員】20名
【対象】市内の小学1年生~小学6年生
【参加費】500円
【講師】菅野 正利 氏

こども水泳チャレンジ

★21日(木) 9:00~市民体育館武道場 受付開始
①【5月】28日(土) 29日(日)
②【6月】25日(土) 26日(日)
③【7月】30日(土) 31日(日)
④【8月】20日(土) 21日(日)
【時間】《5・7月》幼児: 9:30~10:30
児童: 11:00~12:00
《6・8月》幼児: 15:00~16:00
児童: 16:30~17:30
【場所】ユーススポーツクラブ名取
【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2,000円
【講師】ユーススポーツクラブインストラクター

トレーニング講習

2日(土)午後の部 14:00~
6日(水)午前の部 10:00~
11日(月)夜間の部 19:00~
19日(火)夜間の部 19:00~
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。

