

名取市民体育館 10月 行事予定表

令和4年度

〒981-1224 名取市増田字柳田250番地

TEL (022)384-3161

FAX (022)384-3163

9月22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	土	一般公開(バレーボール)	バドミントン教室・講習会(市バドミントン協会)		武道	県剣道連盟	武道	自主	自主	自主
2	日	仙南地区バレーボール大会(市バレーボール協会)		一般公開(卓球・バドミントン)	空道協会		武道	自主	自主	自主
3	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
4	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
5	水	文化・スポーツ課	一般公開(バスケットボール)		バランスボールⅢ①	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
6	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	エクササイズ後期①	剣道連盟	自主	自主	自主
7	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
8	土	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	講習
9	日	スポーツ祭(市剣道連盟)		トータルスポーツ大会事前準備	市剣道連盟			自主	自主	
10	月	トータルスポーツ大会								
11	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
12	水	一般公開(バレーボール)	一般公開(バスケットボール)		バランスボールⅢ②	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
13	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	武道	剣道連盟	講習	自主	自主
14	金	一般公開(バレーボール)	スポーツ交流会(市バドミントン協会)		武道	武道	武道	自主	自主	自主
15	土	一般公開(バレーボール)	東北地区合同女子稽古会(市剣道連盟)			ダウインチ英智保育園	武道		自主	自主
16	日	スポーツ祭(市卓球協会)		一般公開(卓球・バドミントン)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
17	月	一般公開(卓球・バドミントン)			エクササイズパーティー	こどもカラダⅡ①	空手道協会	自主	自主	自主
18	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	講習	自主
19	水	文化・スポーツ課	一般公開(バスケットボール)		バランスボールⅢ③	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
20	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	エクササイズ後期②	剣道連盟	自主	自主	自主
21	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
22	土	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	武道	柔道協会	自主	講習	自主
23	日	スポーツ祭(市バドミントン協会)			柔道協会	武道		自主	自主	
24	月	職員採用二次試験(総務課)		一般公開(卓球・バドミントン)	総務課	空手道協会		総務課	自主	
25	火	休館日								
26	水	一般公開(バレーボール)	一般公開(バスケットボール)		バランスボールⅢ④	名取体操	空道協会	講習	自主	自主
27	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
28	金	一般公開(バレーボール)			らくらく健康Ⅱ①	武道	武道	自主	自主	自主
29	土	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	日	スポーツ祭一般(市バスケットボール協会)			剣道連盟	武道	武道	自主	自主	自主
31	月	一般公開(卓球・バドミントン)			エクササイズパーティー	こどもカラダⅡ②	空手道協会	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、夜間1区分10分です。
一般公開(バドミントン指導)とは、希望者にバドミント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。

10月受付開始行事



こどもカラダづくりⅡ

★3日(月) 9:00~受付開始
 【10月】17・31日(月)
 【11月】7・14・21日(月)
 【時間】16:00~17:00
 【場所】名取市民体育館 武道場
 【定員】20名
 【対象】市内に在住している5~6歳の幼児(未就学児)
 ※平成28年4月~平成30年3月生まれ
 【参加費】1,000円
 【講師】久保 奈央氏(親子・子どもトータルマスター)

らくらく健康ダンスステップⅡ

★14日(金) 9:00~受付開始
 【10月】28日(金)
 【11月】4・11・18・25日(金)
 【時間】10:00~11:30
 【場所】名取市民体育館 武道場
 【定員】30名
 【対象】市内に在住又は在勤の方で
 男女や年齢は問いません。
 【参加費】1,500円
 【講師】佐々木 早苗氏(フィットネスサポーター)



10月開催中行事

バランスボールで体幹を鍛えよう!Ⅲ

【10月】5・12・19・26日(水)
 【時間】10:00~11:00
 【場所】名取市民体育館 武道場

テニスⅢ

【10月】6・13・20・27日(木)
 【時間】10:00~12:00
 【場所】市民庭球場

- ①シニア向け健康エクササイズ教室(後期)
- ②リズムエクササイズ教室(後期)
- ③なとりんキッズフィットクラブ(後期)

【10月】6・20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



トレーニング講習

8日(土) 夜間の部 19:00~
 13日(木) 午前の部 10:00~
 18日(火) 午後の部 14:00~
 22日(土) 午後の部 14:00~
 26日(水) 午前の部 10:00~

※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。夜間の部は指導者保護者同伴です。
 ※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。



< バドミントン指導 >

★6・20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19:00以降となります。

< 卓球指導 >

★4・18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。

第51回 市民総合スポーツ祭 健康づくりトータルスポーツ大会 🍡

★開催日時★ 10月10日(月・祝) 9:00~12:30
 ☆開催場所☆ 十三塚公園・名取市民体育館
 ★参加方法★ 競技への参加は、会場で随時受付!!参加無料!! 年齢問わず、誰でも参加できます♪

“いつでも・誰でも・気軽に・いつまでも”をスローガンに
 リアルソフトボール盤大会・クライミング体験・ストラックアウト・じんせい体操
 スピードガン測定・ニュースポーツ(バグー、モルック、ポッチャ)・青空ヨガ
 親子で簡単ヒップホップ・キックターゲット・PKコーナー・ソフトテニス・硬式テニス体験など
 皆さんが自由に参加できる競技をたくさん用意しています★ぜひ、ご来場お待ちしております(*'ω'*)

