

名取市民体育館 9月 行事予定表

令和4年

〒981-1224 名取市増田字柳田250番地

9月12日

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	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	エクササイズ前練習	剣道連盟	自主	自主	講習	
2	金	一般公開(バレーボール)			武道	らくらく健康 I ③	武道	自主	自主	自主	
3	土	スポーツ祭(市バウンドテニス協会)		一般公開(卓球・バドミントン)	武道		空道協会	武道	講習	自主	自主
4	日	一般公開(卓球・バドミントン)			武道		武道	自主	自主		
5	月	一般公開(卓球・バドミントン)			ヨガII ③		武道	空手道協会	自主	自主	自主
6	火	一般公開(卓球・バウンドテニス) <午前:卓球指導>			武道		名取体操	合気道協会	自主	自主	自主
7	水	生き生きスポーツ(文化・スポーツ課)	一般公開(バスケットボール)		成人病予防協会		名取体操	空道協会	自主	自主	自主
8	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
9	金	一般公開(バレーボール)			武道	らくらく健康 I ④	武道	武道	自主	自主	講習
10	土	一般公開(卓球・バドミントン)		定例会・卓球のひろば(市卓球協会)	武道		武道	武道	自主	自主	自主
11	日	スポーツ少年団交流会(市空手道協会)						自主	自主		
12	月	一般公開(卓球・バドミントン)			ヨガII ④		武道	空手道協会	自主	自主	自主
13	火	一般公開(卓球・バウンドテニス) <午前:卓球指導>			武道		名取体操	合気道協会	自主	自主	自主
14	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
15	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	エクササイズ前練習	剣道連盟	自主	自主	自主	
16	金	一般公開(バレーボール)	オリパラスポーツ交流促進事業(公益財団法人宮城県スポーツ協会)		らくらく健康 I ⑤		武道	武道	自主	自主	自主
17	土	オリパラスポーツ交流促進事業(公益財団法人宮城県スポーツ協会)		一般公開(バレーボール)	市剣道連盟		武道	自主	講習	自主	
18	日	市郡対抗・県女子団体(市剣道連盟)			市剣道連盟		市剣道連盟	市剣道連盟			
19	月	スポーツ祭(市バレーボール協会)		一般公開(卓球・バドミントン)	武道		武道	武道	自主	自主	自主
20	火	名取市共同募金委員会赤い羽根伝達式(名取市社会福祉協議会)		一般公開(卓球・バウンドテニス)	武道		名取体操	合気道協会	自主	自主	自主
21	水	生き生きスポーツ(文化・スポーツ課)	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
22	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
23	金	一般公開(バレーボール)			武道		武道	自主	自主		
24	土	新人大会(市中体連)									
25	日	オープン卓球大会(市卓球協会)			日本杖道会		武道	自主	自主	自主	
26	月	一般公開(卓球・バドミントン)			ヨガII ⑤		武道	空手道協会	自主	自主	自主
27	火	休館日									
28	水	一般公開(バレーボール)	講習会(文化・スポーツ課)		武道		名取体操	空道協会	自主	自主	自主
29	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
30	金	一般公開(バレーボール)			武道		武道	武道	自主	自主	自主

《利用上の注意》

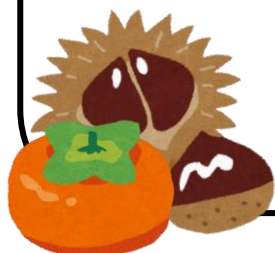
- 1 スポーツウェア、スポーツシューズを着用して利用してください。(土足やジーンズ等による利用は禁止)
- 2 スポーツ用具は各自で準備していただき、**夜間の高校生以下の入館及び利用には、必ず保護者が同伴し受付**を行ってください。
- 3 一般公開(卓球指導)とは、希望者に卓球の技術指導することで、午前1区分10分、夜間1区分10分です。
一般公開(バドミントン指導)とは、希望者にバドミントンの技術指導することで、夜間1区分15分です。
- 4 トレーニング講習日の開始時間は「①午前10時」「②午後2時」「③夜間7時」からの3区分で行います。
講習を希望される方は、**受講日前日までに事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。

9月受付開始行事

- 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）

★②15日（木）9：00～受付開始
 ★①・③16日（金）9：00～
 【10月】 6・20日（木） 【11月】 10・17日（木）
 【12月】 1・15日（木） 【1月】 5・19日（木）
 【2月】 2・16日（木） 【3月】 2・16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）



バランスボールで体幹を鍛えよう！Ⅲ

★21日（水）9：00～受付開始
 【10月】 5・12・19・26日（水）
 【11月】 9日（水）
 【時間】 10：00～11：00
 【場所】 名取市民体育館 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

テニス教室Ⅲ

★22日（木）9：00～受付開始
 【10月】 6・13・20・27日（木）
 【11月】 10日（木）※17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

9月開催中行事

らくらく健康ダンスステップⅠ

※第2回は8月に終了しています。
 【9月】 2・9・16日（金）
 【時間】 10：00～11：30
 【場所】 市民体育館 武道場

リフレッシュヨガ教室Ⅱ

※第2回までは8月に終了しています。
 【9月】 5・12・26日（月）
 【時間】 10：00～11：30
 【場所】 市民体育館 武道場

- 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）

【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



トレーニング講習

1日（木） 夜間の部 19：00～
 3日（土） 午前の部 10：00～
 9日（金） 夜間の部 19：00～
 17日（土） 午後の部 14：00～
 21日（水） 午後の部 14：00～

※1回60～90分程度の講習です。定員は5名となります。
 ※事前予約のみ可能です。講習日前日までにご予約下さい。
 ※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 >

★1・15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 >

★6・13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。