

# 名取市民体育館 10月 行事予定表

〒981-1224 名取市増田字柳田250番地

TEL (022)384-3161

FAX (022)384-3163



10月1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	火	一般公開(卓球・バウンドテニス) <午前:卓球指導>		一般公開(バスケットボール)	おやこふれあい③	武道	合気道協会	自主	自主	自主
2	水	一般公開(バレーボール)	一般公開(バスケットボール)	一般公開(バスケットボール) 貸切半面:89ERSアカデミー	バランスボールⅢ③	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
3	木	一般公開(卓球・バドミントン)	一般公開(卓球) 後期エクササイズ①	一般公開(卓球・バドミントン)		武道	武道	剣道連盟	自主	自主
4	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	講習
5	土	三地区新人大会(名取市中学校体育連盟)			武道	武道		自主	自主	
6	日	スポーツ祭(バスケットボール協会)			空道協会			自主	自主	
7	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
8	火	東北のかいご協同組合	一般公開(卓球・バウンドテニス)	一般公開(バスケットボール)	おやこふれあい④	武道	合気道協会	自主	自主	自主
9	水	生き生きスポーツクラブ(文化・スポーツ課)	一般公開(バスケットボール)	一般公開(バスケットボール) 貸切半面:89ERSアカデミー	バランスボールⅢ④	悠優会	空道協会	自主	自主	自主
10	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	武道	剣道連盟	指導・講習	指導・講習	自主
11	金	バレーボール教室④	一般公開(バレーボール)		武道	武道	武道	自主	自主	自主
12	土	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	武道		自主	自主	
13	日	スポーツ祭(剣道連盟)		スポーツ協会	剣道連盟	スポーツ協会	自主	自主	スポーツ協会	
14	月	第53回名取市民総合スポーツ祭健康づくりトータルスポーツ大会(スポーツ協会)								
15	火	一般公開(卓球・バウンドテニス) <午前:卓球指導>	労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団	一般公開(バスケットボール)	おやこふれあい⑤	武道	合気道協会	自主	自主	自主
16	水	一般公開(バレーボール)	一般公開(バスケットボール)	一般公開(バスケットボール) 貸切半面:89ERSアカデミー	バランスボールⅢ⑤	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
17	木	一般公開(卓球・バドミントン)	一般公開(卓球) 後期エクササイズ②	一般公開(卓球・バドミントン)		武道	武道	剣道連盟	自主	自主
18	金	バレーボール教室⑤	一般公開(バレーボール)		武道	武道	武道	自主	自主	自主
19	土	ますだ総合スポーツクラブ		REJECTIONS	ますだ総合スポーツクラブ	柔道協会	ますだ総合スポーツクラブ	自主		
20	日	スポーツ祭(卓球協会)		一般公開(卓球・バドミントン)	柔道協会	武道	武道	自主	講習	自主
21	月	職員採用試験(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		
22	火	休館日								
23	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	こどもカラダⅡ①	空道協会	自主	自主	自主
24	木	一般公開(卓球・バドミントン)	老人スポーツ大会準備(介護長寿課)			武道	レウアーケスポーツ	剣道連盟	自主	講習
25	金	老人スポーツ大会(介護長寿課)			一般公開(バレーボール)	らくらく健康ダンスⅡ①	武道	武道	自主	自主
26	土	JA名取岩沼青年部	一般公開(卓球・バドミントン)		剣道連盟	武道	武道	自主	自主	自主
27	日	一般公開(卓球・バドミントン)	選挙管理委員会			武道	名取体操	選管	自主	選管
28	月	復興マラソン準備(なとりの魅力創生課)								
29	火									
30	水									
31	木									

## 《利用上の注意》

- 1 スポーツウェアやスポーツシューズを着用して利用してください。(土足やジーンズ等での利用厳禁)
- 2 スポーツ用具は各自で準備していただき、**夜間の中学生以下の入館及び利用には、必ず保護者同伴の上で受付**を行ってください。
- 3 バレーボール・卓球・バドミントンの一般公開では、混雑状況によってコートの時間制限を設ける場合があります。
- 4 一般公開(卓球指導)とは、希望者に卓球の技術指導をすることで、1区分10分です。
- 5 トレーニング講習日の開始時間は「①午前の部 10時~」「②午後の部 14時~」「③夜間の部 19時~」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10名です。  
※トレーニング室は、市内に在住・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原則としてマシンのみの利用になりますが、  
**フリーウエイトを行う場合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。**
- 6 トレーニング指導日は、「①午前の部 9時~11時」「②午後の部 13時~15時」の2区分で行います。  
公認トレーニング指導士が常駐し、希望される方へ効果的なトレーニング方法や正しいフォーム等をアドバイスします。

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・受付中行事

## お待ちかね第2回大会！出場者求む！ 第2回モルック競技大会 10月1日(火)9:00～受付開始

【日 時】10月26日(土)9:30～13:00  
雨天時は翌日10月27日(日)に順延  
【場 所】十三塚公園 陸上競技場  
【種 目】団体戦(1チーム3～4名で応募可)  
競技は3名で行います  
【対 象】市内在住・在勤・在学(※)の方  
※小学3年生以上推奨  
【料 金】1チーム500円



## 初心者歓迎！学校やお仕事終わりの方も◎ ナイターテニス教室Ⅱ 10月3日(木)9:00～受付開始

【10月】17日・24日・31日  
【11月】7日・14日  
【時 間】19:30～21:00  
【場 所】十三塚公園 庭球場  
【講 師】エムズテニスパークコーチングスタッフ  
【定 員】16名  
【対 象】市内在住・在勤・在学者  
【料 金】2,500円

## 楽しく遊ぶなかで基本的な運動能力が身につく！ こどもカラダづくり教室Ⅱ 10月9日(水)9:00～受付開始

【10月】23日  
【11月】6日・13日・20日・27日  
【時 間】16:00～17:00  
【場 所】市民体育館 武道場  
【講 師】久保 奈央氏  
【定 員】20名  
【対 象】市内在住の5～6歳児  
【料 金】1,000円

## ストレッチにダンスに筋トレに！ らくらく健康ダンスステップⅡ 10月11日(金)9:00～受付開始

【10月】25日  
【11月】8日・15日・22日・29日  
【時 間】10:00～11:30  
【場 所】市民体育館 武道場  
【講 師】佐々木 早苗氏  
【定 員】30名  
【対 象】市内在住・在勤・在学者  
【料 金】1,500円

## 初心者・初級者向け 基礎を楽しく学ぼう！ ①卓球教室 ②バドミントン教室 10月28日(月)9:00～受付開始

【11月】11日・25日  
【12月】2日・9日・16日  
【時 間】9:30～11:30  
【場 所】市民体育館 アリーナ  
【講 師】①名取市卓球協会  
②仙台市バドミントン協会  
【定 員】24名  
【対 象】市内在住・在勤・在学者  
【料 金】1,500円

## ＼年に1度のスポーツの祭典！ 第53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

【内 容】様々なスポーツに挑戦できるイベント  
【日 時】10月14日(月・祝)  
9:00～12:30  
【場 所】十三塚公園・市民体育館  
雨天時は市民体育館のみの開催  
【料 金】無料  
【申 込】不要  
直接会場へお越しください



# 10月開催中行事

### おやこふれあい体操教室

【10月】1日・8日・15日(火)  
【時 間】10:30～11:30  
【場 所】市民体育館 武道場

### バランスボールで 体幹を鍛えようⅢ

【10月】2日・9日・16日(水)  
【時 間】①9:30～10:30  
②10:45～11:45  
【場 所】市民体育館 武道場

### 健康ボウリング教室Ⅱ

【10月】2日・9日・16日・  
23日・30日(水)  
【時 間】13:30～15:30  
【場 所】スターボウル名取店

### 後期エクササイズ教室

①シニア ②リズム ③なとりん  
【10月】3日・17日(木)  
【時 間】①13:15～14:15  
②14:30～15:30  
③16:00～17:00  
【場 所】市民体育館 アリーナ

### かけっこ教室Ⅱ

【10月】7日・21日・  
28日(月)  
【時 間】16:00～17:00  
【場 所】市民陸上競技場  
雨天時：名取が丘公民館

### バレーボール教室

【10月】11日・18日(金)  
【時 間】9:30～11:30  
【場 所】市民体育館 アリーナ

### ナイターテニス教室Ⅱ

【10月】17日・24日・  
31日(木)  
【時 間】19:30～21:00  
【場 所】市民庭球場

### らくらく健康 ダンスステップⅡ

【10月】25日(金)  
【時 間】10:00～11:30  
【場 所】市民体育館 武道場

### トレーニング講習

4日(金)19:00～  
10日(木)10:00～  
14:00～  
20日(日)14:00～  
24日(木)19:00～

※定員10名  
※1回60分～90分程度の講習です  
※要申込。講習前日までにお申し込みください  
※高校生は必ず講習を受講してください  
夜間の部を受講される際は、  
指導者や保護者の同伴が必要です  
※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・シューズをご用意ください

### トレーニング指導

10日(木) 9:00～11:00  
13:00～15:00

※対象：「トレーニング許可証」をお持ちの方  
許可証が無い方は事前に講習を受講してください  
※事前申込不要。指導に係る料金はかかりません  
※スポーツウェア・シューズをご用意ください  
※公認トレーニング指導士が常駐し、  
効果的なトレーニング方法をお教えます

### 卓球指導

1日(火)・15日(火)  
9:30～

※定員13名  
※1人10分の指導が受けられます  
※受付は先着順で、受付時間は以下の通りです  
市内 9:00～/市外 9:30～

## INFORMATION

行事予定表・各教室やイベント  
情報は名取市スポーツ協会の  
ホームページや各種SNSでも  
配信中！ぜひご覧ください！



ホームページ



LINE



Instagram

許可証は持っているけど日々の  
利用だという方も、安全のため  
講習の受講がおすすめです！

