

# 名取市民体育館 1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



12月13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	水	休 館			日					
2	木	休 館			日					
3	金	休 館			日					
4	土	休 館			日					
5	日	保 守 点			検 査			日		
6	月	一般公開(卓球・バドミントン)			エクササイズ パーティー	忍者ナイン	空手道協会	自主	自主	自主
7	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)	いきいき フィットクラブ	武道	合気道協会	自主	自主	自主
8	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	講習	自主	自主
9	木	一般公開 (卓球・バドミントン)	一般公開(卓球) 後期エクササイズ教室⑦	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
10	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
11	土	万人寒稽古(スポーツ協会)		出初式準備(消防本部)	スポーツ協会			スポーツ協会		
12	日	出初式(消防本部)	一般公開(バスケットボール)		消防本部	武道	武道	消防本部	自主	自主
13	月	宮城県共生社会推進プロジェクト「みんな」を考えるイベント「ハラスポーツで笑おう!学ぼう!」		一般公開(卓球・バドミントン)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
14	火	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)	いきいき フィットクラブ	武道	合気道協会	自主	自主	自主
15	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	武道	名取体操	空道協会	自主	講習・指導	講習・指導
16	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
17	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
18	土	新春空手道選手強化練習会(和道会)		一般公開(バスケットボール)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
19	日	新春サッカー大会(サッカー協会)			武道	武道	武道	自主	講習	自主
20	月	一般公開(卓球・バドミントン)	卓球・バドミントン教室Ⅱ①	一般公開(卓球・バドミントン)	エクササイズ パーティー	忍者ナイン	空手道協会	自主	自主	自主
21	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)	いきいき フィットクラブ	武道	合気道協会	自主	自主	自主
22	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	武道	悠優会	空道協会	自主	自主	自主
23	木	一般公開 (卓球・バドミントン)	一般公開(卓球) 後期エクササイズ教室⑧	一般公開 (卓球・バドミントン)	武道	武道	剣道連盟	自主	自主	講習
24	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
25	土	インドア会長杯個人戦大会(ソフトテニス協会)		一般公開(バレーボール)	悠優会	武道	武道	自主	自主	自主
26	日	一般公開(バスケットボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
27	月	一般公開(卓球・バドミントン)	卓球・バドミントン教室Ⅱ②	一般公開(卓球・バドミントン)	エクササイズ パーティー	ヒップホップⅡ①	空手道協会	自主	自主	自主
28	火	休 館			日					
29	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	武道	名取体操	空道協会	自主	自主	自主
30	木	一般公開(卓球・バドミントン)			武道	レヴァーク スポーツ	剣道連盟	講習	自主	自主
31	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、「午後の部 13時~15時」「夜間の部 18時~20時」の区分で行います。  
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。



# 1月受付開始の教室・イベント

ラケット貸出有！第二期は午後開催  
初心者卓球教室Ⅱ  
1月7日(火)9:00～受付開始

【1月】20日・27日  
【2月】3日・10日・17日(月)  
【時間】13:30～15:30  
【場所】市民体育館 アリーナ  
【講師】名取市卓球協会  
【定員】24名  
【料金】1,500円

ラケット貸出有！第二期は午後開催  
初心者バドミントン教室Ⅱ  
1月7日(火)9:00～受付開始

【1月】20日・27日  
【2月】3日・10日・17日(月)  
【時間】13:30～15:30  
【場所】市民体育館 アリーナ  
【講師】仙台市バドミントン協会  
【定員】24名  
【料金】1,500円

小学4～6年生対象。基礎からダンスを学ぼう  
ヒップホップ教室Ⅱ  
1月8日(水)9:00～受付開始

【1月】27日  
【2月】3日・10日・17日  
【3月】3日(月)  
【時間】16:00～17:00  
【場所】市民体育館 武道場  
【講師】ダンススタジオドリームワンスタッフ  
【定員】20名  
【対象】小学4年生～小学6年生  
【料金】1,000円

# 1月開催予定の教室・イベント

後期エクササイズ教室  
①シニア ②リズム ③なとりん

【1月】9日・23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

初心者卓球・バドミントン教室Ⅱ

【1月】20日・27日(月)  
【時間】13:30～15:30  
【場所】市民体育館 アリーナ

ヒップホップ教室Ⅱ

【1月】27日(月)  
【時間】16:00～17:00  
【場所】市民体育館 武道場

トレーニング講習

8日(水)10:00～  
15日(水)14:00～  
19:00～  
19日(日)14:00～  
23日(木)19:00～  
30日(木)10:00～

※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  
※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

15日(水)  
13:00～15:00  
18:00～20:00

※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

7日(火)・21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～



# お知らせ

## 市民体育館の個人使用料改定について

令和7年4月1日より、市民体育館の個人使用料が以下の通り改定となります。

施設名	対象	現行	改定後
【市民体育館】 アリーナ 武道場 トレーニング室	大人	150円	200円
	小中高	70円	100円

令和7年3月31日までに購入した個人使用券は、令和7年4月1日以降に使用することができません。料金改定の詳しい経緯については名取市のホームページをご覧ください。ご理解、ご協力をお願いいたします。

## 各種SNSのご案内

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



ホームページ



LINE



Instagram