

名取市民体育館 4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



3月17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)		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
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		武道	武道	空道協会	自主	自主
3	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	自主	講習	自主
4	金	一般公開 (バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
5	土	無 料 開			放 日					
6	日	剛柔会空手道選手権大会 (空手道協会)		一般公開 (バスケットボール)	空手道協会	武道	自主	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	忍者ナイン宮城	空手道協会	自主	自主	自主
8	火	一般公開 (卓球・バウンドテニス) <午前:卓球指導>		キッセイ薬品工業(株)	いきいきフィットクラブ	武道	合気道協会	自主	自主	自主
9	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
10	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	自主	自主	自主
11	金	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)	宮城県パワーリフティング協会		武道	武道	武道	指導・講習	指導・講習	自主
13	日	宮城県パワーリフティング協会			武道	武道	武道	自主	自主	自主
14	月	一般公開 (卓球・バドミントン)			エクササイズパーティ	忍者ナイン宮城	空手道協会	自主	自主	自主
15	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
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		武道	名取体操	空道協会	自主	自主
17	木	一般公開 (卓球・バドミントン)	一般公開 (卓球)	一般公開 (卓球・バドミントン)	前期エクササイズ教室①	武道	武道	剣道連盟	自主	自主
18	金	一般公開 (バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
19	土	バスケットボールスクール ハーツ		一般公開 (バスケットボール)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
20	日	東北学院大学体育会卓球部			一般公開 (卓球・バドミントン)	空道協会	武道	武道	自主	自主
21	月	一般公開 (卓球・バドミントン)			ヨガI①	忍者ナイン宮城	空手道協会	自主	自主	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)	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I①	悠優会	空道協会	講習	自主	自主
24	木	一般公開 (卓球・バドミントン)	一般公開 (卓球)	一般公開 (卓球・バドミントン)	前期エクササイズ教室②	武道	武道	剣道連盟	自主	自主
25	金	一般公開 (バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主
26	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
27	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
28	月	一般公開 (卓球・バドミントン)		県空手道連盟	ヨガI②	忍者ナイン宮城	空手道協会	自主	講習	自主
29	火	全日本少年少女空手道選手権大会宮城県予選会 (県空手道連盟)			一般公開 (バレーボール)	県空手道連盟	武道	県空手道連盟	自主	自主
30	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I②	名取体操	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。(土足やスリッパ、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「午前の部10時〜12時」「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。
- 7 **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、トレーニング室を無料でご利用いただけます。
- 8 **市民無料開放**のアリーナの種目は「卓球・バドミントン」です。

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。

春の教室・イベント情報

カタクリウォーキングin那智が丘

【日 時】4月5日(土)9:45~12:00
【場 所】那智が丘公民館(集合)
~カタクリ群生地(現地解散)
【定 員】20人
【料 金】無料
【注 意】小学生以下は保護者同伴

前期エクササイズ教室

①シニア ②リズム ③なとりん

【日 時】4月17日・24日、5月1日・15日、6月5日・19日、
7月10日・17日、8月7日・21日、9月4日・18日(木曜・全12回)
①13:15~14:15 ②14:30~15:30 ③16:00~17:00
【場 所】市民体育館 アリーナ
【対 象】①②市内在住・在勤・在学者 ③市内小学1~4年生
【定 員】①②40人 ③30人
【料 金】①②3,500円 ③2,500円
【申 込】②4月3日(木)9:00~ ①③4月4日(金)9:00~
※①②は電話申込のみ

リフレッシュヨガ教室 I

【日 時】4月21日・28日、5月12日・
19日・26日(月曜・全5回)
9:30~11:00
【場 所】市民体育館 武道場
【対 象】市内在住・在勤・在学者
【定 員】30人
【料 金】1,500円
【申 込】4月7日(月)9:00~来館or電話

バランスボールで体幹を鍛えよう! I

【日 時】4月23日・30日、5月7日・
14日・21日(水曜・全5回)
①9:30~10:30
②10:45~11:45
※いずれかの時間帯
【場 所】市民体育館 武道場
【対 象】市内在住・在勤・在学者
医師から運動制限を受けていない方
【定 員】①②各20人
【料 金】1,500円
【申 込】4月9日(水)9:00~来館or電話

ナイターテニス教室 I

【日 時】5月8日・15日・22日・29日
6月5日(木曜・全5回)
19:30~21:00
予備日:6月12日・19日
【場 所】十三塚公園 市民庭球場
【対 象】市内在住・在勤・在学者
【定 員】16人
【料 金】2,500円
【申 込】4月24日(木)9:00~来館or電話

トレーニング講習

3日(木)14:00~
12日(土)10:00~
14:00~
17日(木)19:00~
23日(水)10:00~
28日(月)14:00~

※定員10名
※1回60分~90分程度の講習です
※要申込。講習前日までに申し込みにください
※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

下記日程は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等をお教えします!

12日(土)
10:00~12:00
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

令和7年4月より、希望される方へ
トレーニングメニューを作成いたします!
お気軽にお声掛けください(各回先着3名)

卓球指導

1回10分の個別指導が受けられます!

8日(火)・15日(火)
9:30~

※定員13名
※1人1回まで
※受付は先着順で、受付時間は以下の通りです
市内の方 9:00~
市外の方 9:30~

お知らせ

一般公開時のコート・台の占有時間等の変更について
3月17日(月)から、下記の通りに変更しております。

【対象種目】バレーボール・卓球・バドミントン

【コート・台占有時間割】

	①	②
午前	09:00~10:30	10:30~12:00
午後	13:00~15:00	15:00~17:00
夜間	18:00~19:30	19:30~21:00

※各区分におけるコート・台の事前受付の際、
上記時間帯の『①』か『②』をお選びいただけます。
※利用希望者がいない場合は、継続して利用可能です。
※コートに空きがある場合は、フリーコートとし、
譲り合っただけの利用となります。
※混雑時、午前・午後・夜間の部の連続利用はご遠慮ください。

無料開放日のお知らせ

4月5日(土)の無料開放日は、市民等を対象に、
アリーナ(卓球・バドミントン)、武道場、
トレーニング室を無料でお使いいただけます

※9時~14時まで『なとり春まつり』開催につき、駐車場の
混雑が予想されます。お車でお越しの方はご注意ください。
※アリーナ混雑時は、利用について時間制限を設ける場合が
あります。

各種SNS等でもスポーツ情報を配信中!



ホームページ



Instagram



LINE