

# 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12日現在

日	曜	ア リ ー ナ			武 道 場			トレーニング室		
		午 前 9:00~12:00	午 後 13:00~17:00	夜 間 18:00~21:00	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
1	木	休 館 日								
2	金									
3	土									
4	日									
5	月	一般公開（卓球・バドミントン）	一般公開（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	
6	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	武道	自主	自主	自主	
7	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	
8	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	T E A M S	武道	武道	剣道連盟	自主	指導・講習	指導・講習
9	金	一般公開（バレーボール）			武道	武道	スポーツ協会	自主	自主	自主
10	土	一 万 人 寒 稽 古			消防本部	一万人寒稽古	自主	自主	自主	
11	日	出初式（消防本部）	和道会宮城県本部	一般公開（卓球・バドミントン）	消防本部	武道	武道	消防本部	自主	自主
12	月	初 打 ち ソ フ ト テ ニ ス		一般公開（卓球・バドミントン）	武道	忍者ナイン	武道	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＞		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	講習	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）	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
15	木	一般公開（卓球・バドミントン）		一般公開（卓球）	武道	レヴァーク スポーツ	剣道連盟	自主	自主	自主
16	金	一般公開（バレーボール）			武道	名取北高	自主	自主	自主	
17	土	聖ウルスラ学院英智高等学校ソフトテニス部		バウンドテニス教室Ⅰ①	名取北高	武道	武道	自主	自主	自主
18	日	新 春 サ ッ カ ー 大 会 （ サ ッ カ ー 協 会 ）			名取北高	武道	武道	自主	自主	自主
19	月	一般公開 （卓球・バドミントン）	一般公開（バドミントン） 初心者卓球教室Ⅱ①	一般公開 （バドミントン）	エクササイズ パーティー	ヒップホップ 教室Ⅱ①	空手道協会	自主	自主	自主
20	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	名取北高	合気道協会	自主	自主	自主
21	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	講習
22	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）	武道	名取北高	剣道連盟	自主	自主	自主
23	金	一般公開（バレーボール）			武道	名取北高	自主	自主	自主	
24	土	インドア会長杯個人戦大会（ソフトテニス協会）		バウンドテニス教室Ⅰ②	名取北高	柔道協会	武道	自主	自主	自主
25	日	みやぎスポーツドリムプロジェクト（県スポーツ協会）			県スポーツ協会			県スポーツ協会		
26	月	一般公開 （卓球・バドミントン）	一般公開（バドミントン） 初心者卓球教室Ⅱ②	一般公開 （バドミントン）	エクササイズ パーティー	ヒップホップ 教室Ⅱ②	空手道協会	自主	講習	自主
27	火	休 館 日								
28	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
29	木	一般公開（卓球・バドミントン）		一般公開（卓球）	武道	レヴァーク スポーツ	剣道連盟	自主	自主	自主
30	金	一般公開（バレーボール）	A V C	一般公開（バレーボール）	武道	名取北高	武道	自主	自主	自主
31	土	文化・スポーツ課	宮城県剣道選手権大会（国土館大学宮城県同窓会）	名取北高	国土館大学宮城県同窓会	指導・講習	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、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、  
**フリーウェ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9時～11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等をアドバイスします（前日までの予約制）  
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 申 込 受 付 開 始 の 教 室

## バウンドテニス体験教室

【開催日】1期：1月17日・24日、2月7日(土)  
2期：2月15日・22日、3月1日(日)  
【時 間】19:00~20:30  
【場 所】市民体育館 アリーナ  
【講 師】宮城県バウンドテニス協会、名取市バウンドテニス協会  
【定 員】各期20名 【料 金】都度体育館個人利用券購入(200円)  
【持ち物】室内履き、バウンドテニスラケット(貸出有)  
【申 込】1期：12月8日(月)~ 2期：1月13日(火)~

## 初心者向け卓球教室Ⅱ

【開催日】1月19日・26日、2月2日・9日・16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  
【持ち物】室内履き、卓球ラケット(貸出有)  
【申 込】市内：1月6日(火)~ 市外：1月9日(金)~

## クライミング体験教室Ⅱ

【開催日】1月20日・27日、2月3日・10日・17日(火)  
【時 間】18:00~19:30  
【場 所】クライミングジムコーティ  
【対 象】小学生(4年生~6年生)  
【講 師】クライミングジムコーティ インストラクター  
【定 員】10名程度 【料 金】2,500円  
【持ち物】薄めの靴下  
【申 込】市内：1月6日(火)~ 市外：1月7日(水)~

## ヒップホップダンス教室Ⅱ

【開催日】1月19日・26日、2月2日・9日・16日  
【時 間】16:30~17:30  
【場 所】市民体育館 武道場  
【対 象】市内小学4~6年生  
【講 師】ダンススタジオドリームワン、スタッフ  
【定 員】20名 【料 金】1,000円  
【持ち物】室内履き  
【申 込】1月7日(水)~



# 1 月 開 催 予 定 の 教 室 ・ イ ベ ン ト な ど

## 一 万 人 寒 稽 古

酷寒を克服して稽古に動き、たくましい体力と気力を養うべく古くから行われている行事です

【開催日】1月10日(土)  
【時 間】午前の部 受付9:00~ / 午後の部 受付13:00~  
【場 所】市民体育館 アリーナおよび武道場  
【講 師】市剣道連盟、市柔道協会、市空手道協会、市空道協会、市合気道協会 各指導者  
【種 目】午前の部 空手道、空道、合気道  
午後の部 剣道、居合道、柔道

## 後期エクササイズ教室 ①シニア ②リズム ③なとりん

【開催日】1月8日・22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  
【講 師】信用堂スポーツ企画 高橋 もゆる先生

## トレーニング講習

8日(木)14:00~  
19:00~  
13日(火)10:00~  
21日(水)19:00~  
26日(月)14:00~  
30日(土)10:00~

※定員10名。1回60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  
フリーウェイト使用を希望する場合は許可証  
をお持ちの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

8日(木)  
13:00~15:00  
18:00~20:00  
31日(土)  
9:00~11:00

※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

13日(火)・20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~



# I N F O R M A T I O N

## 一般公開の種目変更について

令和8年1月5日(月)から、名取市民体育館の  
一般公開の夜間種目を次のとおりに変更いたします。

月曜日夜間：バドミントン(8面)

木曜日夜間：卓球(20台)

※月曜日夜間は卓球、木曜日夜間はバドミントンでの利用はできませんので、ご注意ください。  
※なお、従来のとおり、貸切利用の際は一般公開を行いません。

詳細については名取市スポーツ協会のホームページをご確認ください。



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でも配信中！ぜひご覧ください！



ホームページ



LINE



Instagram