

# 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	一般公開(バレーボール)	一般公開(バスケットボール)		武道	武道	空道協会	自主	自主	自主	
2	木	一般公開(卓球16・バドミントン4)	一般公開(卓球20)		武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主	
3	金	一般公開(バレーボール)			武道	武道	武道	自主	自主	自主	
4	土	一般公開(バスケットボール)			武道	武道	武道	自主	指導・講習	指導・講習	
5	日	剛柔会全国大会予選会(空手道協会)			空手道協会			自主	自主	×	
6	月	一般公開(卓球16・バドミントン4)	一般公開(バドミントン8)		モクリズム	忍者ナイン	空手道協会	自主	自主	自主	
7	火	一般公開(卓球16・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)	一般公開(バウンドテニス) 貸切半面:89ERSアカデミー	武道	名取体操クラブ	空道協会	指導・講習	自主	自主	
9	木	一般公開(卓球16・バドミントン4)	一般公開(卓球20)		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	無料開放日			無料開放日			無料開放日			
12	日	閉上DGMonsター			一般公開(卓球8・バドミントン6)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
13	月	一般公開(卓球16・バドミントン4)	一般公開(バドミントン8)		モクリズム	忍者ナイン	空手道協会	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(バウンドテニス) 貸切半面:89ERSアカデミー	武道	名取体操クラブ	空道協会	自主	自主	自主	
16	木	一般公開(卓球16・バドミントン4)	一般公開(卓球8) 前期エクササイズ教室①	一般公開(卓球20)	武道	レヴァークスポーツ	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	講習	自主	
18	土	宮城県私立中高等学校連合会			一般公開(卓球8・バドミントン6)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
19	日	一般公開(バスケットボール)			空道協会	武道	武道	自主	自主	自主	
20	月	一般公開(卓球16・バドミントン4)	一般公開(バドミントン8)		モクリズム	忍者ナイン	空手道協会	自主	自主	自主	
21	火	一般公開(卓球16・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	悠優会	合気道協会	自主	自主	講習	
22	水	避難所開設訓練(防災安全課)			一般公開(バウンドテニス) 貸切半面:89ERSアカデミー	バランスボールI①	名取体操クラブ	空道協会	自主	自主	自主
23	木	一般公開(卓球16・バドミントン4)	一般公開(卓球20)		武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主	
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	一般公開(バレーボール)	リジエクシオンズ		武道	武道	武道	講習	自主	自主	
26	日	東北生活文化大学高校卓球部			一般公開(卓球8・バドミントン6)	武道	武道	武道	自主	自主	自主
27	月	一般公開(卓球16・バドミントン4)	一般公開(バドミントン8)		ヨガI①	忍者ナイン	空手道協会	自主	自主	自主	
28	火	休館日									
29	水	全国中学生空手道選手権大会宮城県予選会			一般公開(バウンドテニス) 貸切半面:89ERSアカデミー	空手道選手権大会 宮城県予選会		武道	自主	自主	自主
30	木	一般公開(卓球16・バドミントン4)	一般公開(卓球8) 前期エクササイズ教室②	一般公開(卓球20)	武道	レヴァークスポーツ	剣道連盟	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4日(土)10:00~12:00  
 【場 所】那智が丘公民館(集合)  
 ~カタクリ群生地(現地解散)  
 【料 金】無料 【申 込】不要  
 【注 意】小学生以下は保護者同伴

## こども水泳チャレンジⅠ

【日 時】5月24日・31日(日曜日・全2回)  
 16:30~17:30  
 【場 所】セトラルフィットネスクラブ 24南仙台店  
 【対 象】市内小学生  
 【定 員】30名 【料 金】3,300円  
 【申 込】4月6日(月)9:00~  
 所定の申込用紙に必要事項をご記入の上、  
 市民体育館に来館しお申し込みください。

## バランスボールで体幹を鍛えよう!Ⅰ

【日 時】4月22日、5月13日・20日・  
 27日、6月3日(水曜・全5回)  
 ①9:30~10:30  
 ②10:45~11:45  
 【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】2,000円  
 【申 込】4月8日(水)9:00~来館or電話

## トレーニング講習

4日(土)14:00~  
 19:00~  
 8日(水)10:00~  
 17日(金)14:00~  
 21日(火)19:00~  
 25日(土)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

## 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16日・30日、5月7日・21日、6月4日・18日、  
 7月2日・16日、8月6日・20日、9月3日・17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】①②4,700円 ③2,000円  
 【申 込】②4月2日(木)9:00~ ①③4月3日(金)9:00~  
 ※①②は電話申込のみで、いずれか一方のみ。

## リフレッシュヨガⅠ・Ⅱ

【日 時】Ⅰ期:4月27日、5月11日・  
 25日・6月8日・22日  
 Ⅱ期:5月18日、6月1日・  
 15日・29日、7月6日  
 (月曜日・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】25人 【料 金】2,000円  
 【申 込】Ⅰ期:4月13日(月)9:00~  
 Ⅱ期:4月27日(月)9:00~  
 来館または電話。申込はⅠ期または  
 Ⅱ期のいずれか一方のみ。

## 健康ボウリング教室Ⅰ

【日 時】5月13日・20日・27日、  
 6月3日・10日(水曜日・全5回)  
 13:30~15:30  
 【場 所】スターボウル名取店  
 【対 象】成人  
 【定 員】20名 【料 金】3,000円  
 【申 込】4月22日(水)9:00~  
 電話または来館

## ちびっこ体操教室

【日 時】① 5月8日・15日・22日  
 16:00~17:00  
 ②③5月29日、6月12日・26日  
 ②15:45~16:45  
 ③16:50~17:50  
 ④ 7月10日・17日・24日  
 16:00~17:00  
 【場 所】①②③市民体育館 武道場  
 ④ ゆりが丘公民館  
 【対 象】市内小学1・2年生  
 【定 員】40人 【料 金】500円  
 【申 込】4月24日(金)9:00~  
 所定の申込用紙に必要事項をご記入の上、  
 市民体育館へ来館しお申し込みください。

## 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ます!

4日(土)  
 13:00~15:00  
 18:00~20:00  
 8日(水)  
 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

## 卓球指導

1回10分の個別指導が受けられます!

7日(火)・21日(火)  
 9:30~

※定員12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

## 一般公開種目の変更について

4月8日より水曜日夜間で89ERS半面貸切日は、バウンドテニスの  
 一般公開となりますので、ご了承ください。

一般公開種目(令和8年4月現在)

曜日	午前(9:00~12:00)	午後(13:00~17:00)	夜間(18:00~21:00)
月	卓球:最大16台 バドミントン:4面	卓球:最大16台 バドミントン:4面	バドミントン:8面
火	バウンドテニス:最大4面 卓球:最大16台	バウンドテニス:最大4面 卓球:最大16台	バスケットボール:2面
水	バレーボール:3面 ※1グループ半面ずつの使用	バスケットボール:2面	バウンドテニス:最大4面 又は バスケットボール:2面
木	卓球:最大16台 バドミントン:4面	卓球:最大16台 バドミントン:4面	卓球:最大24台
金	バレーボール:3面 ※1グループ半面ずつの使用	バレーボール:3面 ※1グループ半面ずつの使用	バレーボール:3面 ※1グループ半面ずつの使用
土日祝	貸切予定がない場合、種目を設定し一般公開		

## 無料開放日のお知らせ

4月11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『なとりん春まつり』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