

名取市民体育館 6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



5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	月	一般公開 (卓球・バドミントン)		一般公開 (バドミントン)	ヨガⅡ②	忍者ナイン	空手道協会	自主	自主	講習	
2	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	悠優会	合気道協会	自主	自主	自主
3	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	バランスボールⅠ⑤	名取体操	空道協会	自主	自主	自主	
4	木	一般公開 (卓球・バドミントン)	一般公開 (卓球) 前期エクササイズ教室⑤	一般公開 (卓球)	武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主	
5	金	宮城県高等学校総合体育大会空手道競技会(宮城県高体連空手道専門部)			宮城県高体連空手道専門部			宮城県高体連空手道専門部			
6	土	宮城県高等学校総合体育大会空手道競技会(宮城県高体連空手道専門部)			宮城県高体連空手道専門部			宮城県高体連空手道専門部			
7	日	宮城県高等学校総合体育大会空手道競技会(宮城県高体連空手道専門部)			一般公開 (卓球8・バドミントン6)	宮城県高体連空手道専門部		武道	宮城県高体連空手道専門部		自主
8	月	一般公開 (卓球・バドミントン)		一般公開 (バドミントン)	ヨガⅠ④	忍者ナイン	空手道協会	自主	自主	自主	
9	火	一般公開 (卓球・バウンドテニス)			キッセイ薬品工業	いきいきフィットクラブ	武道	合気道協会	自主	自主	自主
10	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	空道協会	自主	指導・講習	自主	
11	木	生き生きスポーツクラブ (文化・スポーツ課)	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	
12	金	一般公開 (バレーボール)			介護老人保健施設など	武道	ちびっこ2部②	武道	自主	自主	自主
13	土	宮城県交歓大会南地区予選 (県バ協U12部会南地区)			一般公開 (バレーボール)	スポーツ協会		空道協会	講習	自主	自主
14	日	市民選手権卓球大会 (名取市卓球協会)			一般公開 (卓球8・バドミントン6)	空道協会(スポ祭)		武道	自主	自主	自主
15	月	一般公開 (卓球・バドミントン)		一般公開 (バドミントン)	ヨガⅡ③	忍者ナイン	空手道協会	自主	自主	自主	
16	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	こどもカラダⅠ①	合気道協会	自主	自主	自主
17	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	空道協会	自主	自主	自主	
18	木	一般公開 (卓球・バドミントン)	一般公開 (卓球) 前期エクササイズ教室⑥	一般公開 (卓球)	武道	武道	剣道連盟	自主	自主	自主	
19	金	一般公開 (バレーボール)			武道	武道	武道	指導・講習	自主	自主	
20	土	一般公開 (バスケットボール)			リズムミックカラテ クオレ		武道	自主	自主	自主	
21	日	宮城県交歓大会南地区予選 (県バ協U12部会南地区)			一般公開 (卓球・バドミントン)	空道協会		武道	自主	自主	自主
22	月	一般公開 (卓球・バドミントン)		一般公開 (バドミントン)	ヨガⅠ⑤	忍者ナイン	空手道協会	自主	自主	自主	
23	火	休館日									
24	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	空道協会	自主	自主	自主	
25	木	生き生きスポーツクラブ (文化・スポーツ課)	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	
26	金	一般公開 (バレーボール)			武道	ちびっこ2部③	武道	自主	自主	自主	
27	土	楽天野球教室 (政策企画課)			一般公開 (バスケットボール)	東北大学学友会合気道部		武道	自主	自主	自主
28	日	会長杯 (名取市バスケットボール協会)			一般公開 (卓球・バドミントン)	武道	レヴァークスポーツ	武道	自主	講習	講習
29	月	一般公開 (卓球・バドミントン)		一般公開 (バドミントン)	ヨガⅡ④	忍者ナイン	空手道協会	自主	自主	自主	
30	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	こどもカラダⅡ②	合気道協会	自主	自主	自主

《利用上の注意》

- 1 スポーツウェアや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、**中学生以下が夜間利用する際は、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利用となりますが、**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、ホームページなどで確認の上ご利用いただくようお願いいたします。

初夏の教室・イベント情報

こども水泳チャレンジⅢ

【日 時】7月19日・26日
(日曜日・全2回)
16:30~17:30
【場 所】セントラルフィットネスクラブ24名取南仙台店
【講師】セントラルフィットネスクラブ24名取南仙台店
インストラクター
【対 象】市内小学生
【定 員】30人
【参加料】3,300円
【申込み】6月1日(月)~7月12日(日)まで
所定の申込用紙に必要事項を
ご記入の上、来館してください。

こどもカラダづくり教室Ⅰ

【日 時】6月16日・30日、7月7日・
14日・21日(火曜日・各全5回)
①15:30~16:20
②16:30~17:20
【場 所】市民体育館 武道場
【講師】久保 奈央先生
【対 象】①3歳~4歳の幼児
②5歳~6歳の幼児
【定 員】各15人
【参加料】1,000円
【申込み】6月2日(火)9:00~
来館または電話

★健康ボウリング教室Ⅱ

【日 時】6月24日、7月1日・8日・
15日・22日(水曜日・全5回)
18:30~20:00
【場 所】スターボウル名取店
【講師】スターボウル名取店JPBA公認インストラクター
【対 象】成人
【定 員】20人
【参加料】3,000円
【申込み】市内:6月3日(水)9:00~
市外:6月4日(木)9:00~
来館または電話

★バランスボールで体幹を鍛えようⅡ

【日 時】7月1日・8日・15日・22日
29日(水曜日・各全5回)
①9:30~10:30
②10:45~11:45
【場 所】市民体育館 武道場
【講師】Twinkle mamaby はんだ ゆきえ先生
【対 象】市内在住・在勤・在学者で、
医師からの運動制限を受けていない方
各20人
【参加料】2,000円
【申込み】6月17日(水)9:00~
来館または電話

受付中の教室

★かけっこ教室Ⅰ

【日 時】6月8日・15日・22日、
(月曜日・全3回)
16:00~17:00
【場 所】十三塚公園 市民陸上競技場
名取が丘公民館(雨天時)
【対 象】市内小学生
【定 員】20名
【参加料】500円
【申込み】5月25日(月)9:00~
来館または電話

★暑熱順化エクササイズ教室

【日 時】6月2日(火曜日)
10:00~11:00
【場 所】市民体育館 第1会議室
【講師】名取市スポーツ協会
公認トレーニング指導士
【対 象】市内在住・在勤・在学者
【定 員】20人程度
【参加料】200円
【申込み】5月19日(火)9:00~
来館または電話

暑さに負けない体づくり講座★
体が暑さに慣れることで熱中症の
リスクを減らすことができます!



トレーニング講習

1日(月)19:00~
10日(水)14:00~
13日(土)10:00~
19日(金)10:00~
28日(日)14:00~
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
※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ます!

10日(水)13:00~15:00
19日(金)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

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!

2日(火)・16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

「なとりまなびパスポート」配布中&対象事業について

小学生以上の市民を対象に、市内各施設で開催される教室やイベント
に参加するとポイントがもらえる「なとりまなびパスポート」が5月
1日よりスタートしました。

市民体育館で6月から開催の下記教室もポイント付与対象!

- ・かけっこ教室
- ・暑熱順化エクササイズ教室
- ・健康ボウリング教室
- ・バランスボールで体幹を鍛えよう!

ポイントは教室に1回参加されるたびに付与され、集めたポイントの
数に応じて、市から称号や賞品が贈られます!

令和8年度の対象期間は5月1日から翌年2月28日まで。
パスポート台紙は市民体育館でも配布しています。
ぜひたくさんさんの教室やイベントに参加してみてくださいね♪

トレーニング指導日 公認指導士の 「トレーニングメニュー作成」について

どんなトレーニングをしたらいいの?とお困りの方へ、
指導士がメニューを作成します!(各回先着3名)

- ・健康コース:運動習慣を作りたい方
- ・減量コース:体重を落としたい方
- ・アスリートコース:スティックに挑戦したい方

ご希望のコースをお選びいただき、ご自身に合わせたメ
ニューをご提案します!ぜひご活用ください♪

各種SNS等でもスポーツ情報を配信中!



ホームページ



Instagram



LINE