# 名取市民体育館　１１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

10月22日現在

| 日 | 曜 | アリーナ 午前 9：00～12：00 | アリーナ 午後 13：00～17：00 | アリーナ 夜間 18：00～21：00 | 武道場 午前 | 武道場 午後 | 武道場 夜間 | トレーニング室 午前 | トレーニング室 午後 | トレーニング室 夜間 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 日 | ふるさと名取秋まつり準備（商工観光課） | | | 商工観光課 | | | 商工観光課 | | |
| 2 | 月 | ふるさと名取秋まつり準備（商工観光課） | | | 商工観光課 | | | 商工観光課 | | |
| 3 | 火 | ふるさと名取秋まつり（商工観光課） | | | 商工観光課 | | | 商工観光課 | | |
| 4 | 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）<br>貸切半面:89ERSアカデミー | バランスボールⅢ② | 名取体操 | 空道協会 | 自主 | 講習 | 自主 |
| 5 | 木 | 一般公開（卓球・バドミントン） | 一般公開（卓球）<br>後期リズムエクササイズ教室③ | 一般公開（卓球） | 武道 | 武道 | 剣道連盟 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 6 | 金 | 一般公開（バレーボール） | | | 武道 | 武道 | 武道 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 7 | 土 | 傾聴力・交渉力・醸成Group session | | 一般公開（卓球・バドミントン） | 武道 | 武道 | 武道 | 講習 | 自主 | 自主 |
| 8 | 日 | 和道会北日本空手道選手権大会(和道会宮城県本部) | | Rough | 和道会宮城県本部 | | 剣道連盟 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 9 | 月 | 一般公開（卓球・バドミントン） | 一般公開（バドミントン）<br>初心者卓球教室Ⅰ① | 一般公開（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 |
| 10 | 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 |
| 11 | 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）<br>貸切半面:89ERSアカデミー | バランスボールⅢ③ | 名取体操 | 空道協会 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 12 | 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 | 指導・講習 |
| 13 | 金 | 株式会社ＮＴＴ－ＭＥ東北ブロック統括本部 | | 一般公開（バレーボール） | 武道 | 武道 | 剣道連盟 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 14 | 土 | キッズイベント（県バスケットボール協会Ｕ１２部会） | 運動会（ＥＮＴＥＲ） | | 武道 | 武道 | 武道 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 15 | 日 | 追加健診準備（保健センター） | | | 空道協会 | | 剣道連盟 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 16 | 月 | 追加健診（保健センター） | | | 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 |
| 17 | 火 | | | | 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 |
| 18 | 水 | | | | バランスボールⅢ④ | 名取体操 | 空道協会 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 19 | 木 | 追加健診（保健センター） | | 一般公開（卓球） | ピラティスⅡ① | 武道 | 剣道連盟 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 20 | 金 | 一般公開（バレーボール） | | 東北ブロック選手権大会（県バウンドテニス協会） | 武道 | 武道 | 武道 | 指導・講習 | 指導・講習 | 自主 |
| 21 | 土 | 東北ブロック選手権大会（県バウンドテニス協会） | | 一般公開（バレーボール） | 柔道協会 | | | 自主 | 自主 | 自主 |
| 22 | 日 | Ｕ１２宮城県大会南ブロック予選（県バスケットボール協会Ｕ１２部会） | | 一般公開（卓球・バドミントン） | 柔道協会 | | 武道 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 23 | 月 | 仙南地区パパさんバレーボール大会(バレーボール協会) | | 一般公開（卓球・バドミントン） | チア・レガロ | | 武道 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 24 | 火 | 休館日 | | | | | | | | |
| 25 | 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）<br>貸切半面:89ERSアカデミー | バランスボールⅢ⑤ | 名取体操 | 空道協会 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 26 | 木 | 一般公開（卓球・バドミントン）＜卓球指導＞ | 一般公開（卓球）<br>後期エクササイズ教室④ | 一般公開（卓球） | ピラティスⅡ② | レヴァークスポーツ | 剣道連盟 | 自主 | 自主 | 講習 |
| 27 | 金 | 一般公開（バレーボール） | | | 武道 | 武道 | 武道 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 28 | 土 | 仙台地区スポーツ推進委員研修会（文化・スポーツ課） | NBAバスケットボールサークル | 一般公開（バスケットボール） | 武道 | 武道 | 武道 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 29 | 日 | ウインターカップ（市バレーボール協会） | | 一般公開（バレーボール） | リズミックカラテ クオレ | | 武道 | 自主 | 自主 | 自主 |
| 30 | 月 | 一般公開（卓球・バドミントン） | 一般公開（バドミントン）<br>初心者卓球教室Ⅰ② | 一般公開（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 |

《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等をアドバイスします(先着順５名・予約不要)

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。

# 秋の教室・イベント情報

## ピラティス教室Ⅰ

【日　時】１１月１９・２６日、１２月3日・１０日・１７日
（木曜日・全5回）１０：００～１１：３０
【場　所】市民体育館 武道場
【対　象】市民及び市内に通勤・通学している方
【定　員】１５名
【料　金】３，０００円
【申　込】１１月5日(木)９：００～
**※１期ピラティス教室受講者は、１１月9日(月)９：００～**

## 寒冷順化エクササイズ教室

冬の寒さに強い身体づくりについて学びましょう

【日　時】１２月2日（水）
①１０：００～１１：００、②１４：００～１５：００
【場　所】市民体育館 武道場
【対　象】市民及び市内に通勤・通学している方
【講　師】名取市スポーツ協会 公認スポーツプログラマー
【定　員】各２５名程度
【料　金】２００円
【申　込】１１月１８日（水）９：００～

## リフレッシュヨガ教室Ⅲ・Ⅳ期

【日　時】Ⅲ期：１２月7日・１４日・２１日、1月１８日、2月1日
Ⅳ期：1月２５日、2月8日１５日・２２日、3月1日
９：３０～１１：００（各全5回・月曜日）
【場　所】市民体育館 武道場
【対　象】市民及び市内に通勤・通学している方
【定　員】各２５名
【料　金】２、０００円
【申　込】Ⅲ期１１月２０日（金）９：００～・Ⅳ期　1月１２日（火）９：００～

## トレーニング講習

４日(水)１４：００～
７日(土)１０：００～
１２日(木)１９：００～
２０日(金)１０：００～
１４：００～
２６日(木)１９：００～

※定員１０名　1回６０分～９０分程度の講習。
※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

１２日(木)１８：００～２０：００
２０日(金)　９：００～１１：００
１３：００～１５：００

※公認トレーニング指導士が常駐し、効果的な
トレーニング法等をアドバイスいたします。
※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。
※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。
※ご希望の方には、個別のトレーニングメニュー
を作成いたします。各回、先着３名までの受付
となります。

## 卓球指導

１回１０分の個別指導が受けられます！

１０日(火)　９：３０～
２６日(木)　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
午前の部　市内の方　９：００～
市外の方　９：３０～

# おしらせ

## ２０２６ふるさと名取秋まつりに伴う窓口業務休止について

令和８年１１月３日(火)「ふるさと名取秋まつり」の開催に伴い、
市民体育館および駐車場が全面利用禁止等となるため、
市民体育館での申請窓口業務の休止と使用申請期日を次の通りに変更します。

### ①窓口業務の休止について

申請許可の予約使用申請業務の休止期間

**令和８年１１月１日(日)～１１月３日(火)**

上記期間は使用申請できませんので、ご留意ください。

【申請受付休止　対象施設】
◇市民体育館
アリーナ、武道場、会議室
◇十三塚公園有料公園施設
市民庭球場、市民球場、市民陸上競技場

### ②申請期日について

使用許可の予約使用申請期日の変更
●庭球場：令和９年５月１日(金)～５月３日(日)の施設申請受付開始日
●市民体育館：令和９年３月３１日(火)までの使用申請

上記日程については、**『令和８年１０月３１日(土)』**
に前倒しして受付いたします。

## 各種ＳＮＳ等

ホームページ

Instagram

ＬＩＮＥ