

## 岩沼市総合体育館 各種運動教室のご案内

7月1日岩沼市総合体育館リニューアルOPEN!!  
メイン・サブ・卓球室7月4日～7月8日限定で**無料開放**します!!  
※無料開放は一般開放が対象です。開放種目や時間帯の詳細は予定表をご確認ください。

下記教室を受講される方は、年度ごとに登録が必要となりますので、今年度初めての受講際は【令和4年度参加登録及び同意書】へのご記入をお願いします。

### 成人教室

	種目	時間	会場	開催日	成人教室参加費
月	エアロビクス 【会場変更】	10:00～ 11:00	卓球室	4, 11, 25	1回券550円+施設利用料 (市内)130円(市外)190円
	簡単筋トレ 【会場変更】	11:15～ 12:15	卓球室	4, 11, 25	
	ゆったりヨガ	13:30～ 14:30	会議室	4, 11, 25	
火	オリンピック畑中みゆき氏による健康体操教室	10:00～ 11:00	会議室	5, 19	★ お得な回数券 ★ ・11回券6,800円(市内) ・11回券7,400円(市外) 1回分お得
	バドミントン教室(上級) 【会場変更】	10:00～ 11:30	メイン/サブ	5, 12, 19, 26,	
	ZUMBA®	19:00～ 20:00	サブ	5, 19, 26	
水	バランスボール	10:00～ 11:00	会議室	6, 13, 20, 27	* 畑中みゆきさん教室料金 * 1,100円/回
木	ポールで姿勢改善	10:00～ 11:00	会議室	7, 14, 21, 28	
	生活に役立つヨガ	11:15～ 12:15	会議室	7, 14, 21, 28	
	わいわいシニアスポーツ 【NEW!】	10:00～ 12:00	サブ	7, 21, 28	
金	ZUMBA® 【会場変更】	13:30～ 14:30	卓球室	7, 21, 28	* わいわいシニアスポーツ教室料金* 330円/回
	筋膜リリース&脂肪燃焼	10:00～ 11:00	会議室	1, 8, 29	
	バドミントン教室(上級) 【会場変更】	10:00～ 11:30	メイン/サブ	1, 8, 29	
バドミントン教室(初級) 【会場変更】	13:30～ 15:00	1, 8, 29			

### 中学生スポーツ教室

	種目	時間	会場	日程	参加条件、料金、申込方法等
月	バドミントン	17:00～ 18:30	メイン	4, 11, 25	・地震の影響で場所を変更して開催していました中学生スポーツ教室ですが、7月より総合体育館で開催いたします。
火	バスケット	17:00～ 18:30	メイン/サブ	5, 12, 26	
	卓球	17:00～ 18:30	卓球室	5, 12, 26	
水	野球	17:00～ 18:30	多目的G メイン(雨天)	6, 13, 27	・中学生部活動支援は、市内中学生対象の教室です。所属部活動のみ参加出来ます。(無料)
木	陸上	17:00～ 18:30	競技場	7, 21, 28 ※8月より水曜日に変更	
	バレーボール	17:00～ 18:30	メイン	7, 21, 28	
	サッカー	17:00～ 18:30	競技場 サブ(雨天)	7, 21, 28	
金	ソフトテニス	17:00～ 18:30	メイン	1, 29	

### キッズ教室

	種目	時間	会場	開催日	参加条件、料金、申込方法等
月	ジュニアスポーツ	17:00～ 18:00	サブ	4, 11, 25	市内小中学生のみ参加可能となります。
金	K-POPダンス(初級)	16:30～ 17:30	会議室	1, 8, 15, 29	1回券1,100円 11回券11,000円(1回お得な回数券) 会員制となります。詳細は総合体育館までお問い合わせください。
	K-POPダンス(中級)	17:30～ 18:30	会議室	1, 8, 15, 29	

#### ☆☆総合体育館を利用する際のお約束☆☆

- 事務室前の券売機で利用する場所の利用券を購入してください。
- メインアリーナ及びサブアリーナに当日の開放種目の器具が置いてあります。設営に注意してご自由に使用してください。道具はご自身で持参願います。なお、ラケット、ボール、シューズ等のレンタルもできます。必要な方は窓口までお問い合わせください。
- 使用後は器具を戻し、モップ掛けをしてください。また、利用時間区分の終了時刻までに退室となります。  
【終了時刻:午前12時 午後17時 夜間20時45分】※室内専用シューズ(底が黒、柔らかい素材は不可)でご利用ください。
- 一般開放の日は、指定された種目の運動ができます。混みあった場合は譲り合ってください。
- 小・中学生のみの利用は、午後の17時までとなります。
- 小・中学生は原則として夜間利用はできません。利用の場合は、保護者(家族)同伴をお願いします。
- 一般開放での部活動、スポーツ教室(クラブ)等の活動はご遠慮願います。

スポーツの振興を市民の『健幸』と心の『復興』につなげます。

岩沼市総合体育館(岩沼ビッグアリーナ)  
指定管理者:フクシ・オーエンス共同事業体  
特定非営利活動法人岩沼市体育協会

営業時間 9:00～21:00  
最終入館時間20:15 最終利用時間20:45  
お問合せ 0223-24-4831