

●…開放	メ イ ン ア リ ー ナ					サ ブ ア リ ー ナ					卓 球 室					トレーニングルーム	●…開放	利用される方へ	
	9:00～12:00	12:00 13:00	13:00～17:00	17:00 18:00	18:00～20:45	9:00～12:00	12:00 13:00	13:00～17:00	17:00 18:00	18:00～20:45	9:00～12:00	12:00 13:00	13:00～17:00	17:00 18:00	18:00～20:45				
1日(木)	年 始 休 館 日																	1日(木)	★[●]印は一般開放です。 指定された種目の運動ができ ます。 なお、貸切ではありません なので、混雑時はゆずりあつ て利用して下さい。 ★午後、夜間区分の利用券購 入開始時間は、一般開放時間 30分前からとなります。
2日(金)																		2日(金)	
3日(土)																		3日(土)	
4日(日)																		4日(日)	
5日(月)	●バド		●バド		●硬式テニス	●ソフトバレー		●ソフトバレー		●バレー	エアロ 簡単 筋トレ		●卓球		ズンパ®	●9時～21時	5日(月)	★午前・午後・夜間の各区分 ごと、及び各利用施設ごと1区 分1回につき、券売機にて個 人利用券を購入してから利用 してください。	
6日(火)	●バド		●ソフトテニス		●硬式テニス	●ソフトバレー		●バド ●ソフトバレー		●バド	Rickey アカデミー		●卓球		●卓球	●9時～21時	6日(火)		
7日(水)	●ソフトテニス		●ソフトテニス		●ソフトバレー	●バド ●ソフトバレー		バドミントン個人レッスン!! ●ソフトバレー		●バレー	●卓球		●卓球		●卓球	●9時～21時	7日(水)		利用料金及び ルールについて 一般 (市民)130円 大学生 (市外)190円 高校生 (市民)60円 (市外)90円 中学生 (市民)無料 (市外)90円
8日(木)	●ソフトテニス		●ソフトテニス		●バド	わいわい シニアスポーツ		●バド ●ソフトバレー		●バド	●卓球	サルセー ション®	●卓球		●卓球	●9時～21時	8日(木)		
9日(金)	バドミントン(上級) ●バド ●ソフトバレー		バドミントン(初級) ●バド ●ソフトバレー		★中学生教室 ソフトテニス	●ソフトテニス	●バレー		●バレー	★中学生教室 バレー	●バスケ	●卓球		●卓球		●卓球	●9時～21時	9日(金)	
10日(土)	KBC強化練習会					●ソフトテニス	長町中学校 バレー部合同練習会			●バスケ		●バレー	●卓球		●卓球		●卓球	●9時～21時	
11日(日)	2025年度宮城県カデットホープス強化練習会					●バド	KBC強化練習会					●バレー	メインに同じ			●卓球	●9時～21時	11日(日)	
12日(月)	東北高校選抜インドアソフトテニス大会					●硬式テニス	●ソフトバレー		●ソフトバレー		●バレー	●卓球		●卓球		●卓球	●9時～21時	12日(月)	
13日(火)	施 設 点 検 ・ 保 守 及 び 修 繕 日 ※閉館時間は17時、申請→17時まで																	13日(火)	★市内の中学生以下の方が 利用される場合は、窓口の利 用者名簿に必要事項を記入し てください。 ★一人での利用が難しい方 は、同伴者と一緒にご利用く ださい。 ★運動できる服装・室内用 シューズ、運動に必要な用具 はご持参下さい。 レンタルもございます！ ★一般開放での「部活動」は できません。 ★メインアリーナで中学生教 室を行っている場合のランニ ングシューズの利用は、安全に 十分考慮した上で使用可とし ます。ただし、教室中ですので 静かに利用をお願いします。
14日(水)	●ソフトテニス		●ソフトテニス	★中学生教室 野球(雨天)	●ソフトバレー	●バド ●ソフトバレー		バドミントン個人レッスン!! ●ソフトバレー	★中学生教室 陸上(雨天)	●バレー	●卓球		●卓球		●卓球	●9時～21時	14日(水)		
15日(木)	●ソフトテニス		●ソフトテニス		●バド	わいわい シニアスポーツ		●バド ●ソフトバレー	★中学生教室 バスケット	●バド	●卓球	サルセー ション®	●卓球		●卓球	●9時～21時	15日(木)		
16日(金)	バドミントン(上級) ●バド ●ソフトバレー		バドミントン(初級) ●バド ●ソフトバレー		★中学生教室 ソフトテニス	●ソフトテニス	●バレー		●バレー	★中学生教室 バレー	●バスケ	●卓球		●卓球		●卓球	●9時～21時	16日(金)	
17日(土)	めんこちゃんファイナルドッジボール大会					●ソフトテニス	正月なまり解消!! ZEROエアロ教室			●バスケ		●バレー	メインに同じ			●卓球	●9時～21時	17日(土)	
18日(日)	岩沼市バレーボール協会協会長杯女子9人制冬季大会					●バド	●バスケ		●バスケ		●バレー	●卓球		●卓球		●卓球	●9時～21時	18日(日)	
19日(月)	バドミントン(上級) ●バド ●バド		●バド		★中学生教室 バド	●硬式テニス	●ソフトバレー		●ソフトバレー	ジュニア スポーツ	●バレー	エアロ 簡単 筋トレ	●卓球	★中学生 卓球	ズンパ®	●9時～21時	19日(月)	★メインアリーナで中学生教 室を行っている場合のランニ ングシューズの利用は、安全に 十分考慮した上で使用可とし ます。ただし、教室中ですので 静かに利用をお願いします。	
20日(火)	●バド		●ソフトテニス		●硬式テニス	●ソフトバレー		●バド ●ソフトバレー		●バド	●卓球		●卓球		●卓球	●9時～21時	20日(火)		
21日(水)	●ソフトテニス		●ソフトテニス	★中学生教室 野球(雨天)	●ソフトバレー	●バド ●ソフトバレー		バドミントン個人レッスン!! ●ソフトバレー	★中学生教室 陸上(雨天)	●バレー	●卓球		●卓球		●卓球	●9時～21時	21日(水)		
22日(木)	●ソフトテニス		●ソフトテニス		●バド	わいわい シニアスポーツ		●バド ●ソフトバレー	★中学生教室 バスケット	●バド	●卓球	サルセー ション®	●卓球		●卓球	●9時～21時	22日(木)		
23日(金)	(株)ライセンスアカデミー 相談会					1/24の前日準備	●バレー		●バレー		メインに同じ	●卓球		●卓球		●卓球	●9時～21時	23日(金)	トレーニングルーム 利用方法(新規)
24日(土)	若駒剣道大会					●ソフトテニス	メインに同じ			●バスケ		●バレー	●卓球		●卓球	●卓球	●9時～21時	24日(土)	
25日(日)	2026 岩沼市民インドアソフトテニス大会						長町中学校バレー部 合同練習会			●バスケ		●バレー	●卓球		●卓球	●卓球	●9時～21時	25日(日)	
26日(月)	バドミントン(上級) ●バド ●バド		●バド		★中学生教室 バド	●硬式テニス	●ソフトバレー		●ソフトバレー	ジュニア スポーツ	●バレー	エアロ 簡単 筋トレ	●卓球	★中学生 卓球	ズンパ®	●9時～21時	26日(月)		
27日(火)	●バド		●ソフトテニス		●硬式テニス	●ソフトバレー		●バド ●ソフトバレー		●バド	●卓球		●卓球		●卓球	●9時～21時	27日(火)	★中学生以下の入室及び利 用はできません。 ★講習会中も一般利用ができ るようになりました。講習会で 器具説明をする際は、使用中 でも譲っていただく場合がござ います。予めご了承下さい。	
28日(水)	●ソフトテニス		●ソフトテニス		●ソフトバレー	●バド ●ソフトバレー		バドミントン個人レッスン!! ●ソフトバレー		●バレー	●卓球		●卓球		●卓球	●9時～21時	28日(水)		
29日(木)	●ソフトテニス		●ソフトテニス		●バド	わいわい シニアスポーツ		●バド ●ソフトバレー		●バド	●卓球	サルセー ション®	●卓球		●卓球	●9時～21時	29日(木)		
30日(金)	バドミントン(上級) ●バド ●ソフトバレー		●バド ●ソフトバレー		●ソフトテニス	●バレー		●バレー		●バスケ	●卓球		●卓球		●卓球	●9時～21時	30日(金)		
31日(土)	岩沼市スポーツ少年団本部 レクリエーション交流ドッジビー大会			●バド	●ソフトテニス	メインに同じ			●バスケ		●バレー	メイン サブに同じ		●卓球		●卓球	●9時～21時	31日(土)	

※ホームページ更新、出先機関への配置は毎月20日頃を予定しています。★各種教室等の開催に伴い、メインアリーナ・サブアリーナ・卓球室が使用できない時間がありますので、行事予定表をご確認ください。

☆中学生スポーツ教室の対象となる会場は、夜間一般開放の開始時間を18時30分からと統一させていただきます。 ◆サブアリーナのバドミントンコートは3面です。ご注意ください。

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

岩沼市里の杜1丁目1番1号

TEL 0223(24)4831 FAX0223(24)4174



1 月号

岩沼市総合体育館(ビッグアリーナ)行事予定表

◆お知らせ◆【休館日】13日(火)は、施設点検・保守日及び修繕日のため、終日休館となります。
(申請受付は9時～17時、鍵の貸し出しは21時までとなります。)

【年末年始休館のお知らせ】12月28日(日)～1月4日(日)は年末年始休館日で終日休館となります。

成人教室				
	種目	時間	会場	日程
月	エアロビクス	10:00-11:00	卓球室	5, 19, 26
	簡単筋トレ	11:15-12:00	卓球室	5, 19, 26
	ゆったりヨガ	13:30-14:30	会議室	5, 19, 26
	バドミントン (上級)	10:00-11:30	メイン	19, 26
	ZUMBA®	19:15-20:15	卓球室	5, 19, 26
水	バランスボール 【脂肪燃焼・筋トレ】	10:00-11:00	会議室	7, 21, 28
	個人レッスン!! バドミントン教室	13:30-15:00	サブ	7, 14, 21, 28
	シェイプアップ! 筋トレ フィットネス	13:30-14:30	会議室	7, 21, 28
木	整う! 筋膜リリース&姿勢 改善	10:00-11:00	会議室	8, 22, 29
	生活に役立つ ヨガ	11:15-12:15	会議室	8, 22, 29
	サルセッション	13:30-14:30	卓球室	8, 15, 22, 29
	わいわいシニアスポーツ	10:00-12:00	サブ	8, 15, 22, 29
金	バドミントン (上級)	10:00-11:30	メイン	9, 16, 30
	バドミントン (初級)	13:30-15:00	メイン	9, 16
	女性対象! 初めての インナーコア教室	10:00-11:00	会議室	9, 16, 30

中学生スポーツ教室				
	種目	時間	会場	日程
月	バドミントン	17:00-18:30	メイン	19, 26
	卓球	17:00-18:30	卓球室	19, 26
水	野球	17:00-18:30	メイン/ 多目的G	14, 21
	陸上	17:00-18:30	競技場/ サブなど	14, 21
木	バスケットボール	17:00-18:30	サブ	15, 22
金	ソフトテニス	17:00-18:30	メイン	9, 16
	バレーボール	17:00-18:30	サブ	9, 16

～中学生スポーツ教室について～
・市内の中学生が対象の教室です。
・所属部活動のみ参加出来ます。(無料)

キッズ教室				
	種目	時間	場所	日程
月	エンジョイ ジュニアスポーツ	17:00-18:00	サブ	19, 26
金	K-POP(初級)	16:30-17:30	会議室	9, 30
	K-POP(中級)	17:30-18:30	会議室	9, 30

中学生休日スポーツ教室 土・日曜日(9:00～11:00)		
種目	会場	日程
バドミントン	北中体育館	10, 24
	岩中体育館	17
卓球	玉中体育館	10, 24
	西中体育館	17
陸上競技	岩沼市陸上競技場/ 岩沼市総合体育館会議室 (雨天時)	10, 17
野球	西中校庭/西中体育館(雨天時)	10, 24
	北中校庭/北中体育館(雨天時)	17
バレーボール	岩中体育館	10, 24
	玉中体育館	17
サッカー	岩中校庭/岩中体育館(雨天時)	10, 24
	玉中校庭/玉中体育館(雨天時)	17
ソフトボール	北中校庭/北中体育館(雨天時)	10, 24
	岩中校庭/岩中体育館(雨天時)	17
剣道	玉中体育館	10, 24
	西中体育館	17
バスケットボール	西中体育館	10, 24
	北中体育館	17

種目	会場	日程(日曜9:00～11:00)
ソフトテニス	西中テニスコート/ 西中体育館(雨天時)	11
	岩中テニスコート/ 岩中体育館(雨天時)	18
	玉中テニスコート/ 玉中体育館(雨天時)	25

～休日スポーツ教室の登録について～
・市内中学生対象です。
・参加するにあたり、事前に登録が必要です。同意書とスポーツ保険料800円を総合体育館に持参ください。総合体育館にて登録証をお作りします。
・休館日の17時以降は受付できませんのでご注意ください。
・毎週金曜日13時までが翌日参加の締め切りとなりますので、お早めに手続きをお願いします。

・各教室の詳細、ご質問等は窓口までお尋ねください。

★☆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20:45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出来ます。混み合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) 営業時間9:00～21:00
指定管理者:フクシ・オーエンス共同事業体 最終入館時間20:15 最終利用時間20:45
特定非営利活動法人岩沼市体育協会 お問い合わせ 0223-24-4831

教室料金案内			
成人	1回券	市民	680円
		市外	740円
	11回券	市民	6,800円
		市外	7,400円
シニア	わいわいシニア スポーツ	1回券	330円
キッズ	K-POP	1回券	1,100円
		11回券	11,000円
	エンジョイジュニア スポーツ	1回券	330円

個別指導料金案内			
個別	パーソナル トレーニング	30分	2,000円
		60分	3,000円
	バドミントン 個別指導	60分	3,000円
		90分	4,500円
	バドミントン個別指導 ダブルス	60分	2,000円
		90分	3,000円



1月

行事予定表

施設名	岩 沼 市 陸 上 競 技 場															
区分	午前(9:00～12:00)				午後(13:00～17:00)				夜間(17:00～20:00)							
時間	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時				
1日(木)	年 末 年 始 休 場 日								夜間の一般開放無し							
2日(金)																
3日(土)																
4日(日)																
5日(月)																
6日(火)																
7日(水)																
8日(木)																
9日(金)																
10日(土)	← 陸上競技練習専用 →															
11日(日)																
12日(月)	← 陸上競技練習専用 →															
13日(火)																
14日(水)																
15日(木)																
16日(金)																
17日(土)	← 陸上競技練習専用 →															
18日(日)																
19日(月)																
20日(火)																
21日(水)																
22日(木)																
23日(金)																
24日(土)	← 陸上競技練習専用 →															
25日(日)																
26日(月)																
27日(火)																
28日(水)																
29日(木)																
30日(金)																
31日(土)	← 陸上競技練習専用 →															

※令和6年4月より駐車場が有料となります。陸上競技場内、陸上競技場南側駐車場は使用できませんのでご注意ください。
11月から3月にかけて夜間の一般開放はございません。

※1月13日(火)~1月16日(金)までは女子更衣室が修繕の関係で終日使用不可となります。

※5月から10月は芝刈り及びメンテナンス作業を行う期間があります。トラックの利用は可能ですが、芝生内の利用ができません。(作業状況により、高跳びの利用が一時的に制限される場合がございますので、予めご了承ください。作業完了次第、高跳びの利用を再開いたしますが、安全面を最優先に作業を進めておりますので、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。詳しくはホームページをご覧ください。(岩沼市体育施設で検索🔍)

