

岩沼市総合体育館各種運動教室のご案内

成人教室

	種目	時間	会場	開催日	参加費、申込方法等
月	エアロビクス	10:00~11:00	会議室	6.13.20.27	・1回券550円+施設利用料 (市内)130円 (市外)190円
	簡単筋トレ	11:15~12:15	会議室	6.13.20.27	
火	親子からだ遊び NEW	10:00~11:00	/	Coming Soon...	・11回券6800円(市内)
	筋膜リリース&脂肪燃焼 NEW	13:30~14:30		Coming Soon...	・11回券7400円(市外)
水	バランスボール	10:00~11:00	卓球室	1.8.15.22.29	1回お得♪
	ゆったりヨガ	13:30~14:30	会議室	1.8.15.22.29	
木	ボールで姿勢改善	10:00~11:00	会議室	2.9.16.30	・総合体育館窓口にて事前登録が必要となります。年度初回の方は、窓口までお問い合わせください。
	生活に役立つヨガ	11:15~12:15	会議室	2.9.16.30	
	ZUMBA®	13:30~14:30	会議室	2.9.16.30	
金	筋膜リリース&脂肪燃焼 NEW	10:00~11:00	会議室	3.10.17.31	
	成人初級ジョギング	14:00~15:00	競技場	3.10.17	

中学生部活動支援

	種目	時間	会場	開催日	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	6.13.20.27	・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できます。(無料)
	バスケット NEW	17:00~18:30	/	Coming Soon...	
火	野球 NEW	17:00~18:30	/	Coming Soon...	
水	陸上	17:00~18:30	競技場(総体3F)	1.8.15.22.29	・登録用紙の記入が必要になります。小中学生は保護者の同意が必要になりますので、事前に保護者の方が記入していただくか、当日窓口までお越しください。なお、昨年受講された方も、改めて登録書及び同意書をご記入いただきます。
	バレーボール NEW	17:00~18:30	/	Coming Soon...	
木	卓球	17:00~18:30	卓球室	2.9.16.30	
	サッカー NEW	17:00~18:30	多目的(メイン)	2.9.16.30	
金	ソフトテニス	17:00~18:30	メイン	3.17	

小学生(低学年)対象

< 小学生低学年(1.2年生)対象 > (定員10名/予約制)					・木曜日の小学生(低学年)は、4,500円(4回)/月で受講できる「学習&運動塾」です。宿題サポートを中心とした学習と体つくりの運動を1時間ずつ、計2時間行います。
木	小学(低学年) NEW 学習&運動	16:30~18:30	会議室/サブ	Coming Soon... (コロナの影響により、 募集を延期しております。)	

成人、小中学生 混合教室

< 成人、小・中学生 混合教室 >					・小学生~成人まで幅広く受講できる教室です！上記同様事前登録が必要となります。
火	体力向上トレーニング	17:00~18:00	サブ	7.14.21.28	

☆☆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。道具はご自分で持参願います。なお、ラケット、ボール、シューズのレンタル完備しておりますので、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)同伴でお願いします。
- 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 退館時間20:45
お問合せ 0223-24-4831