

◆お知らせ◆【休館日】9月2日(火)、9月16日(火)は、設備メンテナンスのため、終日休館となります。申請の受付は17時まで、鍵の貸し出しは通常通り行います。

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	1, 8, 22, 29
	簡単筋トレ	11:15-12:00	卓球室	1, 8, 22, 29
	ゆったりヨガ	13:30-14:30	会議室	1, 8, 22, 29
	バドミントン (上級)	10:00-11:30	メイン	1, 8, 22
	ZUMBA®	19:15-20:15	卓球室	1, 8, 22, 29
水	バランスボール 【脂肪燃焼・筋トレ】	10:00-11:00	会議室	3, 17, 24
	個人レッスン!! バドミントン教室	13:30-15:00	サブ	3, 10, 17, 24
	シェイプアップ! 筋トレ フィットネス	13:30-14:30	会議室	3, 17
木	整う! 筋膜リリース&姿勢 改善	10:00-11:00	会議室	4, 11, 18
	生活に役立つ ヨガ	11:15-12:15	会議室	4, 11, 18
	サルセッション	13:30-14:30	卓球室	4, 11, 18
	わいわいシニアスポーツ	10:00-12:00	サブ	4, 11, 18
金	バドミントン (上級)	10:00-11:30	メイン	5, 12, 19
	バドミントン (初級)	13:30-15:00	メイン	5, 19
	女性対象! 初めての インナーコア教室	10:00-11:00	会議室	5, 12, 19, 26

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	1, 8, 29
	卓球	17:00-18:30	卓球室	1, 8, 29
水	野球	17:00-18:30	メイン/ 多目的G	10, 17, 24
	陸上	17:00-18:30	競技場/ サブ	10, 17, 24
木	バスケット ボール	17:00-18:30	サブ	4, 11, 18
金	ソフトテニス	17:00-18:30	メイン	5
	バレーボール	17:00-18:30	サブ	5, 12, 19

～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	1, 8, 22, 29
金	K-POP(初級)	16:30-17:30	会議室	5, 12, 19, 26
	K-POP(中級)	17:30-18:30	会議室	5, 12, 19, 26

中学生休日スポーツ教室 土曜日(9:00～11:00)		
種目	会場	日程
バドミントン	北中体育館	6, 20
	岩中体育館	13
サッカー	西中校庭/体育館(雨天)	6, 20
	玉中校庭-体育館(雨天)	13
野球	岩中校庭/体育館(雨天)	6, 20
	北中校庭/体育館(雨天)	13
卓球	玉中体育館	6, 20
	西中体育館	13
バスケット ボール	北中体育館	13
	岩中体育館	20
陸上	岩沼市陸上競技場(晴天時・雨天時)	6
	西中校庭/体育館(雨天)	13
	岩沼市多目的G/ 岩沼市総合体育館会議室(雨天時)	20

～休日スポーツ教室の登録について～
・市内の中学生対象の教室です。
・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いたします。
・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、お早めにご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				個別指導料金案内			
成人	1回券	市民	680円	個別	パーソナル トレーニング	30分	2,000円
		市外	740円			60分	3,000円
シニア	11回券	市民	6,800円		バドミントン 個別指導	60分	3,000円
		市外	7,400円			90分	4,500円
キッズ	わいわいシニア スポーツ	1回券	330円	個別	バドミントン個別指導 ダブルス	60分	2,000円
		11回券	3,300円			90分	3,000円
	K-POP	1回券	1,100円		バドミントン個別指導 ダブルス	90分	3,000円
	エンジョイジュニア スポーツ	11回券	11,000円				
		1回券	330円				

