

# 岩沼市総合体育館(ビッグアリーナ) 行事予定表

岩沼市総合体育館  
各種運動教室のご案内

4月9日(火)、4月30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



令和6年4月から、下記の教室を受講される方は、【令和6年度参加登録及び同意書】へのご記入が必要となります。(年度毎に1回)。ご協力の程よろしく申し上げます。

|   | 種目                                 | 時間          | 会場    | 開催日           | 成人教室参加費   |
|---|------------------------------------|-------------|-------|---------------|---|
| 月 | エアロビクス                             | 10:00-11:00 | 卓球室   | 1, 8, 15, 22  | 回券(市内)680円(市外)740円<br><br>★お得な回数券★<br>・11回券(市内)6800円<br>・11回券(市外)7400円<br>1回分お得   |
|   | 簡単筋トレ                              | 11:15-12:15 | 卓球室   | 1, 8, 15, 22  |   |
|   | ゆったりヨガ                             | 13:30-14:30 | 会議室   | 1, 8, 15, 22  |   |
|   | バドミントン教室(上級)                       | 10:00-11:30 | メイン   | 8, 15, 22     |   |
|   | ZUMBA®                             | 19:15-20:15 | 卓球室   | 1, 8, 15, 22  |   |
| 水 | バランスボール【脂肪燃焼・筋トレ】                  | 10:00-11:00 | 会議室/外 | 10, 17, 24    | * わいわいシニアスポーツ教室料金 *<br>330円/回<br><br>* 個人レッスン!!バドミントン教室 *<br>3,000円/60分<br>4,500円/90分<br><br>※グループ参加の場合(2人以上)<br>60分⇒2,000円(一人あたり)<br>90分⇒3,000円(一人あたり) |
|   | オリンピック畑中みゆきさんによる『ツボから改善!腰痛・膝痛改善教室』 | 11:15-12:15 | 会議室   | 3, 17         |   |
|   | リズム筋トレ                             | 13:30-14:30 | 会議室   | 10, 17, 24    |   |
|   | 個人レッスン!!バドミントン教室                   | 13:00-15:00 | サブ    | 10, 17, 24    |   |
| 木 | 整う!筋膜リリース&姿勢改善                     | 10:00-11:00 | 会議室   | 18, 25        |   |
|   | 生活に役立つヨガ                           | 11:15-12:15 | 会議室   | 4, 18, 25     |   |
|   | わいわいシニアスポーツ                        | 10:00-12:00 | サブ    | 4, 11, 18, 25 |   |
| 金 | バドミントン教室(上級)                       | 10:00-11:30 | メイン   | 12, 19        |   |
|   | バドミントン教室(初級)                       | 13:30-15:00 |       | 12, 19        |   |



## 中学生スポーツ教室

外競技は屋外で行います。雨天の場合、屋内で行いますのでインシューズをご持参ください。レンタルシューズは有料になります。

|   | 種目       | 時間          | 会場      | 日程         | 参加条件・料金                                     |
|---|----------|-------------|---------|------------|---|
| 月 | バドミントン   | 17:00-18:30 | メイン     | 8, 15, 22  | ・中学生スポーツ教室は、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) |
|   | 卓球       | 17:00-18:30 | 卓球室     | 8, 15, 22  |   |
| 水 | 野球       | 17:00-18:30 | 多目的/メイン | 10, 17, 24 |   |
|   | 陸上       | 17:00-18:30 | サブ      | 10, 17, 24 |   |
| 木 | サッカー     | 17:00-18:30 | メイン     | 11, 18     |   |
|   | バスケットボール | 17:00-18:30 | サブ      | 11, 18     |   |
| 金 | ソフトテニス   | 17:00-18:30 | メイン     | 12, 19     |   |
|   | バレー      | 17:00-18:30 | サブ      | 12, 19     |   |



## 中学生休日スポーツ教室

| 日程     | 4/6(土)                     | 4/13(土)                     | 4/20(土)       | 4/27(土)                   | 参加条件・料金  |
|--------|----------------------------|-----------------------------|---------------|---------------------------|--|
| 時間     | AM 9:00-11:00              | AM 9:00-11:00               | AM 9:00-11:00 | AM 9:00-11:00             | ・中学生休日スポーツ教室は、市内中学生対象の教室です。<br>・参加するにあたり、事前に登録が必要です。学校から配布されている同意書とスポーツ安全保険料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。<br>・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。 |
| バドミントン | 会場 岩中体育館<br>対象生徒 岩中 玉中     | 会場 北中体育館<br>対象生徒 北中 岩中 玉中   | 休み            | 会場 岩中体育館<br>対象生徒 岩中 玉中    |  |
| 卓球     | 会場 玉中体育館<br>対象生徒 市内4校      | 会場 岩沼市総合体育館卓球室<br>対象生徒 市内3校 | 休み            | 会場 西中体育館<br>対象生徒 市内4校     |  |
| 陸上競技   | 会場 北中体育館 北中校庭<br>対象生徒 市内4校 | 休み                          | 休み            | 会場 岩沼市 陸上競技場<br>対象生徒 市内4校 |  |
|        | 雨天時 会場 北中体育館(全面)           |                             |               | 会場 岩沼市 陸上競技場              |  |



## 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  | 8, 15, 22 | 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 | 5, 12, 19 | 1回券1,100円<br>11回券11,000円(1回お得な回数券)<br>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。<br>※小学生対象の教室になります。市外の小学生でも参加可能です。 |
|   | K-POPダンス(中級) | 17:30~18:30 | 会議室 | 5, 12, 19 |  |

### ☆☆総合体育館を利用する際のお約束☆☆

1. 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。
2. 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。
3. 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。
4. 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。
5. 小・中学生のみの利用は、午後の17時までとなります。
6. 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。
7. 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