

◆お知らせ◆【休館日】3日(火)、24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。)

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	2, 9, 16
	簡単筋トレ	11:15-12:00	卓球室	2, 9, 16
	ゆったりヨガ	13:30-14:30	会議室	2, 9, 16
	バドミントン(上級)	10:00-11:30	メイン	2, 9, 16
	ZUMBA®	19:15-20:15	卓球室	2, 9, 16
水	バランスボール【脂肪燃焼・筋トレ】	10:00-11:00	会議室/ 卓球室	4, 18, (25)
	個人レッスン!! バドミントン教室	13:30-15:00	サブ	4, 18, 25
	シェイプアップ! 筋トレ フィットネス	13:30-14:30	会議室	4, 18
木	整う! 筋膜リリース&姿勢改善	10:00-11:00	会議室	5, 12, 19, 26
	生活に役立つ ヨガ	11:15-12:15	会議室	5, 12, 19, 26
	サルセッション	13:30-14:30	卓球室	5, 12, 19, 26
	わいわいシニアスポーツ	10:00-12:00	サブ	5, 12, 19, 26
金	バドミントン(上級)	10:00-11:30	メイン	6, 13, 20
	バドミントン(初級)	13:30-15:00	メイン	6, 20
	女性対象! 初めての インナーコア教室	10:00-11:00	会議室	6, 13, 20, 27

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	2, 16
	卓球	17:00-18:30	卓球室	2, 16
水	野球	17:00-18:30	メイン/ 多目的G	4, 18
	陸上	17:00-18:30	競技場/ サブなど	4, 18
木	バスケットボール	17:00-18:30	サブ	5, 19
金	ソフトテニス	17:00-18:30	メイン	6, 20
	バレーボール	17:00-18:30	サブ	6, 20
～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	9, 16
金	K-POP(初級)	16:30-17:30	会議室	6, 13, 20, 27
	K-POP(中級)	17:30-18:30	会議室	6, 13, 20, 27

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	岩中体育館	7, 21
	北中体育館	14, 28
卓球	西中体育館	7, 21
	玉中体育館	14
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)	7
	岩沼市陸上競技場/ 岩沼市陸上競技場会議室(雨天時)	14, 21, 28
野球	玉中校庭/玉中体育館(雨天時)	7
	西中校庭/西中体育館(雨天時)	14
	北中校庭/北中体育館(雨天時)	21
	岩中校庭/岩中体育館(雨天時)	28
バレーボール	岩中体育館	14
	玉中体育館	21
	西中体育館	28
サッカー	岩中校庭/岩中体育館(雨天時)	14
	玉中校庭/玉中体育館(雨天時)	21
	西中校庭/西中体育館(雨天時)	28
ソフトボール	岩中校庭/岩中体育館(雨天時)	7, 21
	北中校庭/北中体育館(雨天時)	14, 28
剣道	西中体育館	7, 21
	玉中体育館	28
バスケットボール	玉中体育館	7
	西中体育館	14
	北中体育館	21
	岩中体育館	28
中学生休日スポーツ教室 日曜日(9:00～11:00)		
ソフトテニス	玉中テニスコート/玉中体育館(雨天時)	8
	西中テニスコート/西中体育館(雨天時)	15
	北中テニスコート/北中体育館(雨天時)	※3月1日

・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ご利用下さい。
- ・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

～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。

