

◆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 |
| | サルセーション | 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 |

・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

お問い合わせ 0223-24-4831

| 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 |
| | ソフトテニス | 17:00-18:30 | メイン | 6, 20 |
| 金 | 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) | | |
|-----------------------------|---------------------------|------------|
| | 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 |
| バレーボール | 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 |
| サッカー | 岩中体育館 | 14 |
| | 玉中校庭/玉中体育館(雨天時) | 21 |
| ソフトボール | 西中校庭/西中体育館(雨天時) | 28 |
| | 岩中校庭/岩中体育館(雨天時) | 7, 21 |
| 剣道 | 北中校庭/北中体育館(雨天時) | 14, 28 |
| | 玉中体育館 | 7, 21 |
| バスケットボール | 西中体育館 | 7 |
| | 玉中体育館 | 14 |
| | 北中体育館 | 21 |
| 中学生休日スポーツ教室 日曜日(9:00～11:00) | 岩中体育館 | 28 |
| | 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 |
| ソフトテニス | 北中テニスコート/北中体育館(雨天時) | ※3月1日 |

～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。

