

1 月号

岩 沼 市 総 合 体 育 館 (ビ ッ グ ア リ ー ナ) 行 事 予 定 表

◆お知らせ◆【休館日】13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。)

【年末年始休館のお知らせ】12月28日(日)～1月4日(日)は年末年始休館日で終日休館となります。

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	5, 19, 26
	簡単筋トレ	11:15-12:00	卓球室	5, 19, 26
	ゆったりヨガ	13:30-14:30	会議室	5, 19, 26
	バドミントン (上級)	10:00-11:30	メイン	19, 26
	ZUMBA®	19:15-20:15	卓球室	5, 19, 26
水	バランスボール 【脂肪燃焼・筋トレ】	10:00-11:00	会議室	7, 21, 28
	個人レッスン!! バドミントン教室	13:30-15:00	サブ	7, 14, 21, 28
	シェイプアップ! 筋トレ フィットネス	13:30-14:30	会議室	7, 21, 28
木	整う! 筋膜リリース&姿勢 改善	10:00-11:00	会議室	8, 22, 29
	生活に役立つ ヨガ	11:15-12:15	会議室	8, 22, 29
	サルセッション	13:30-14:30	卓球室	8, 15, 22, 29
	わいわいシニアスポーツ	10:00-12:00	サブ	8, 15, 22, 29
金	バドミントン (上級)	10:00-11:30	メイン	9, 16, 30
	バドミントン (初級)	13:30-15:00	メイン	9, 16
	女性対象! 初めての インナーコア教室	10:00-11:00	会議室	9, 16, 30

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	19, 26
	卓球	17:00-18:30	卓球室	19, 26
水	野球	17:00-18:30	メイン/ 多目的G	14, 21
	陸上	17:00-18:30	競技場/ サブなど	14, 21
木	バスケットボール	17:00-18:30	サブ	15, 22
金	ソフトテニス	17:00-18:30	メイン	9, 16
	バレーボール	17:00-18:30	サブ	9, 16

～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	19, 26
金	K-POP(初級)	16:30-17:30	会議室	9, 30
	K-POP(中級)	17:30-18:30	会議室	9, 30

中学生休日スポーツ教室 土・日曜日(9:00～11:00)		
種目	会場	日程
バドミントン	北中体育館	10, 24
	岩中体育館	17
卓球	玉中体育館	10, 24
	西中体育館	17
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)	10, 17
野球	西中校庭/西中体育館(雨天時)	10, 24
	北中校庭/北中体育館(雨天時)	17
バレーボール	岩中体育館	10, 24
	玉中体育館	17
サッカー	岩中校庭/岩中体育館(雨天時)	10, 24
	玉中校庭/玉中体育館(雨天時)	17
ソフトボール	北中校庭/北中体育館(雨天時)	10, 24
	岩中校庭/岩中体育館(雨天時)	17
剣道	玉中体育館	10, 24
	西中体育館	17
バスケットボール	西中体育館	10, 24
	北中体育館	17

種目	会場	日程(日曜9:00～11:00)
ソフトテニス	西中テニスコート/ 西中体育館(雨天時)	11
	岩中テニスコート/ 岩中体育館(雨天時)	18
	玉中テニスコート/ 玉中体育館(雨天時)	25

～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。

・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			
成人	1回券	市民	680円
		市外	740円
	11回券	市民	6,800円
		市外	7,400円
シニア	わいわいシニア スポーツ	1回券	330円
キッズ	K-POP	1回券	1,100円
		11回券	11,000円
	エンジョイジュニア スポーツ	1回券	330円

個別指導料金案内			
個別	パーソナル トレーニング	30分	2,000円
		60分	3,000円
	バドミントン 個別指導	60分	3,000円
		90分	4,500円
	バドミントン個別指導 ダブルス	60分	2,000円
		90分	3,000円

