

出花体育館 2024年10月号 行事予定表

2024年9月7日現在

日付	曜日	競技場			多目的室		
		午前 (9:00~12:00)	午後 (13:00~17:00)	夜間 (18:00~21:00)	午前	午後	夜間
1	火	シニア健康エクササイズ	ティティ会	ランダムズ			JJMIX中野栄
2	水	(公)卓球 VAREUSE BBC	スマイルピラティス サッカーで遊ぼう	高砂ジュニア卓球クラブ			アロマヨガ(水)
3	木	ちやいるどらんど 岩切こども園	仙台卓球愛好会 WHIP	(公)バスケットボール		ヨガ教室	
4	金	ちやいるどらんど 荒井保育園	さつき卓球愛好会		ピラティス&ストレッチ はじめてのパレトン		アロマヨガ(金)
5	土	ちやいるどらんど 岩切こども園	泉卓友会	プラネッツクラブ			hale aloha
6	日	Freyjaバレーボールクラブ		仙台ホデナズBC	Freyjaバレーボールクラブ		
7	月	高砂球友クラブ 高砂卓球クラブ	Revearc sports	VAREUSE BBC			
8	火	シニア健康エクササイズ	ティティ会	ランダムズ			JJMIX中野栄
9	水	ちやいるどらんど 六丁の目南保育園	スマイルピラティス サッカーで遊ぼう	東北大学医学部スキー部			アロマヨガ(水)
10	木	ちやいるどらんど 荒井保育園	仙台卓球愛好会	仙台89ERS バスケットボールスクール		ヨガ教室	
11	金	F-oneクラブ VAREUSE BBC	さつき卓球愛好会	ちやいるどらんど 荒井保育園	ピラティス&ストレッチ はじめてのパレトン		アロマヨガ(金)
12	土	ちやいるどらんど なないろの里こども園	泉卓友会	プラネッツクラブ			
13	日	BB倶楽部	Revearc sports				
14	月	マイタウンスポーツデー					
15	火	シニア健康エクササイズ	ティティ会	ランダムズ			JJMIX中野栄
16	水	ちやいるどらんど 六丁の目南保育園	スマイルピラティス サッカーで遊ぼう	高砂ジュニア卓球クラブ VAREUSE BBC			アロマヨガ(水)
17	木	保守点検日(※施設の利用はできません。窓口受付のみ17:00まで行っております)(普通救命講習 9:30~11:30)					
18	金	床修繕工事のため(予定)			ピラティス&ストレッチ はじめてのパレトン		アロマヨガ(金)
19	土	床修繕工事のため(予定)					hale aloha
20	日	床修繕工事のため(予定)			日本韓氏意拳学会宮城分館		
21	月	高砂球友クラブ 高砂卓球クラブ	Revearc sports	GOATS			
22	火	シニア健康エクササイズ	ティティ会	ランダムズ			JJMIX中野栄
23	水	ちやいるどらんど 六丁の目南保育園	スマイルピラティス サッカーで遊ぼう	高砂ジュニア卓球クラブ			アロマヨガ(水)
24	木	VAREUSE BBC	仙台卓球愛好会 WHIP	仙台89ERS バスケットボールスクール		ヨガ教室	
25	金	F-oneクラブ ALETTA	さつき卓球愛好会		ピラティス&ストレッチ はじめてのパレトン		アロマヨガ(金)
26	土	ちやいるどらんど 六丁の目南保育園	WHIP	プラネッツクラブ			
27	日	宮城クローバズ	Revearc sports	仙台ホデナズBC			
28	月	高砂卓球クラブ VAREUSE BBC	SINIA・TT	(公)バスケットボール			
29	火	シニア健康エクササイズ	そよかぜ	ランダムズ			JJMIX中野栄
30	水	YCバドミントンサークル	スマイルピラティス サッカーで遊ぼう	STA白鷺			アロマヨガ(水)
31	木	スカイブルー	WHIP 仙台卓球愛好会	仙台89ERS バスケットボールスクール		ヨガ教室	

【一般公開について】 料金：一般(高校生以上)240円 / 小中学生120円

☆「(公)種目」が記載されている所は、記載の会場・時間・種目のみご利用いただけます。予約制ではありませんので、譲り合いながらご利用願います。

☆競技場空欄部分については、空欄日の前日18:00までに専用使用の申し込みが無ければ、一般公開を設定いたします、その際は種目希望を先着で承ります。(電話受付可)

☆利用可能種目はバスケットボール(全面・半面)、バドミントン(全面=4面、半面=2面)、卓球(全面=14台、半面=7台)のみです。

※この行事予定表は作成時の予約状況を基に作成しております。そのため行事内容は都合により変更される場合がありますので、詳細については施設へご確認ください。(TEL 022-786-3446)

出花体育館からのご案内

< スポーツプログラムのご案内 >

◎ 抽選申込が必要なプログラム 抽選申込期間 10/1～10/15

対象: 子供 サッカーで遊ぼう_4期 <11月6日～12月25日>	水曜日	①年長・年中 15:30～16:20 ②小1～小3 16:40～17:30 (7回: 4,900円)	ボールを使って遊びながらサッカーの動きを学ぶプログラムです。ボールに触れながら球技をする身体の動きを身につけることを目指します。
スマイルピラティス4_期 <11月6日～12月25日>	水曜日	14:00～15:00 (7回: 4,900円)	姿勢を維持することで体幹を鍛えるピラティスとダンスの動きを取り入れたフィットネスを楽しく行うプログラムです。

※定員に達しない場合は先着申込に順次切り替わります

◎ 事前申込が必要なプログラム 先着申込期間 ①10/6～11/17 ②受付中

対象: 親子 ① -親子day-運動遊び (2024年11月17日開催)	日曜日	[a]2・3歳児 10:00～10:45 [b]4・5歳児 11:00～11:45 (子供一人につき: 1,000円)	幼児期にさまざまな種類の運動を経験することはその後の運動神経向上に効果的です! 親子でたくさんの[はじめて!]を経験しよう。
② 普通救命講習 (2024年10月17日開催)	木曜日	9:30～11:30 (参加料: 無料)	本講習はスポーツの指導者、公共機関に携わる方、また救命措置を身に付けたい方々などを対象に万が一の事故発生に伴う応急処置と心肺蘇生法を身に付けることを目的に行います。

◎ 当日参加可能なプログラム 予約不要で当日ご来館いただければ参加できるプログラムです。

シニア健康エクササイズ	火曜日	10:00～11:00 (1回: 400円)	加齢とともに低下した運動機能を楽しく身体を動かして元気な身体をつくるエクササイズです。
開催日	9/17、9/24、10/1、10/8、10/15、10/22、10/29		
はじめてのバレトン	金曜日	11:10～11:40 (1回: 500円)	バレトンとはバレエ・ヨガ・フィットネスの3要素を組み合わせて行うエクササイズです。自分の体力に合わせて行うことができ、かつ全身をバランスよく鍛えられます。
開催日	9/27、10/4、10/11、10/18、10/25		

< 10月14日開催 マイタウンスポーツデーのご案内 (出花体育館・高砂庭球場開催分) >

多目的室	10:00～11:00	はじめての太極拳	受付中	定員12名 ※事前申込が必要
多目的室	14:00～15:00	ピラティス&ストレッチ	受付中	定員12名 ※事前申込が必要
競技場	9:00～12:00	一般公開: バasketボール		
競技場	13:00～17:00	一般公開: バトミントン	受付中	※事前申込が必要
競技場	18:00～21:00	一般公開: バレーボール		
高砂庭球場	9:00～17:00	無料開放	受付中	※事前申込が必要

