

出花体育館 2024年12月号 行事予定表

2024年11月4日現在

		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	日	仙台籠球倶楽部	宮城クローバース	宮城県バスケットボール協会成年男子	日本韓氏意拳学会宮城分館		
2	月	高砂卓球クラブ	(一社)レヴァークススポーツ	GOATS			
3	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
4	水	パニーズ	サッカーで遊ぼう	SGBC			アロマヨガ(水)
		Y・Cバドミントンサークル	スマイルピラティス				
5	木	仙台市障害者スポーツ指導者協議会	Enjoyクラブ	仙台89ERS U-18		ヨガ教室	
		(公)卓球	さつき卓球愛好会	金曜会 B.C	ピラティス&ストレッチ		アロマヨガ(金)
6	金	パニーズ			はじめてのパレトン		
		長命05		CMFD			hale aloha
8	日	泉卓友会	泉あすなろクラブ	仙台ホデナズBC			
9	月	高砂卓球クラブ	(一社)レヴァークススポーツ				
		VAREUSE BBC					
10	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
11	水	パニーズ	サッカーで遊ぼう	SGBC			アロマヨガ(水)
		Y・Cバドミントンサークル	スマイルピラティス	南光台クラブ			
12	木		Enjoyクラブ	仙台89ERS U-18	中野栄ヨガスクール IN子連れヨガ会	ヨガ教室	
			クレヨンパトラ				
13	金	F-oneクラブ	さつき卓球愛好会	(公)卓球	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)
		VAREUSE BBC		(公)バレーボール			
14	土	長命01		仙台ホデナズBC			
15	日	長命01					
16	月	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)					
17	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
18	水	バウンディ高砂	サッカーで遊ぼう	GOATS			アロマヨガ(水)
		Y・Cバドミントンサークル	スマイルピラティス				
19	木	けやき卓球クラブ	悠友卓球クラブ	(公)バスケットボール		ヨガ教室	
20	金	F-oneクラブ	さつき卓球愛好会	金曜会 B.C	ピラティス&ストレッチ		アロマヨガ(金)
					はじめてのパレトン		
21	土	長命B	泉卓友会				hale aloha
22	日	長命B	卓トレ仙台				
23	月	高砂卓球クラブ	(一社)レヴァークススポーツ	(公)バドミントン			
		VAREUSE BBC					
24	火	シニア健康エクササイズ	ティティ会	(公)バスケットボール			JJMIX中野栄
25	水	バウンディ高砂	サッカーで遊ぼう	ランダムズ			アロマヨガ(水)
		Y・Cバドミントンサークル	スマイルピラティス				
26	木	けやき卓球クラブ	悠友卓球クラブ	仙台89ERS U-18		ヨガ教室	
27	金	F-oneクラブ	さつき卓球愛好会	高砂ジュニア卓球クラブ			#NAME?
28	土	<h2 style="text-align: center;">年末年始休館</h2> <p style="text-align: center;">【令和6年12月28日(土)～令和7年1月4日(土)】</p> <p style="text-align: center;">※12/28及び1/4は窓口営業のみ(9:00~17:00)</p>					
29	日						
30	月						
31	火						

【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。

☆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受け付けます。(電話可)

☆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 12/1～12/15

サッカーで遊ぼう_5期 <1月15日～3月5日>	水曜日	①年長・年中 15:30～16:20 ②小1～小3 16:40～17:30 (8回：5,600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着けることを目指します。
スマイルピラティス5_期 <1月15日～3月5日>	水曜日	14:00～15:00 (8回：5,600円)	姿勢を維持し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むプログラムです。

◎ 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。シニアの方以外にも運動不足解消にご参加いただけます。
-------------	-----	--------------------------	---

開催日

11/19、11/26、12/3、12/10、12/17、12/24

はじめてのバレトン	金曜日	11:30～12:00 (1回：500円)	バレトンとはバレエ・ヨガ・フィットネスの3要素を組み合わせで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

11/22、11/29、12/6、12/13、12/20

< 其他のご案内 >

◎ 年末年始休館について

期間：令和6年12月28日～令和7年1月4日まで

※ 12月28日及び1月4日は 窓口営業のみ(9:00～17:00)

◎ 施設の利用方法・施設料金表

☆上記の金額は平日に練習やレクリエーションに使用する場合の金額になります。土日祝やイベント等での使用の場合は料金が異なりますので施設HP・メール・TELにてご確認ください。

