

# 出花体育館 2025年3月号 行事予定表

2025年2月8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	土	SHUTTLES SENDAI	THKBBC	CMFD			
2	日	BB倶楽部	泉卓友会	(公) バスケットボール			
3	月	高砂卓球クラブ VAREUSE BBC	(一社)レヴァークスポーツ	田子ウイングススポーツ少年団 菅原 様			
4	火	シニア健康エクササイズ	ティティ会	ランダムズ			ダンススクール クルール
5	水	バニーズ バウンディ高砂	サッカーで遊ぼう スマイルピラティス	Freyjaバレーボールクラブ 高砂ジュニア卓球クラブ			アロマヨガ(水)
6	木	(公) 卓球 バウンディ高砂	Enjoyクラブ クレヨンパトラ			ヨガ教室	
7	金	VAREUSE BBC F-oneクラブ	さつき卓球愛好会	仙台89ERS U-18	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)
8	土	第23回若卓ラージボール卓球大会		プラネッツクラブ	第23回若卓ラージボール卓球大会		
9	日	泉BBC	BLACK DOG	(公) バドミントン			
10	月	高砂卓球クラブ ニュートラル	(一社)レヴァークスポーツ	GOATS			
11	火	シニア健康エクササイズ	ティティ会	ランダムズ			ダンススクール クルール
12	水	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)					
13	木	仙台卓社会	仙台卓社会	仙台89ERS U-18		ヨガ教室	
14	金	バウンディ高砂 F-oneクラブ	さつき卓球愛好会	金曜日 B.C	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)
15	土	泉卓友会	WHIP				
16	日	宮城クローバーズ	BLACK DOG	プラネッツクラブ			
17	月	VAREUSE BBC	(一社)レヴァークスポーツ	(公) バスケットボール			
18	火	シニア健康エクササイズ	ティティ会	ランダムズ			ダンススクール クルール
19	水	バニーズ YCバドミントンサークル		田子ウイングススポーツ少年団			アロマヨガ(水)
20	木	泉卓友会	WHIP Nova Vies.				
21	金	スカイブルー	さつき卓球愛好会	金曜日 B.C	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)
22	土	トマト ピクセルボールせんだい	WHIP	プラネッツクラブ			
23	日	BB倶楽部	BLACK DOG	仙台ホテナズBC			
24	月	高砂卓球クラブ 高砂球友クラブ	(公) バドミントン	GOATS			
25	火	シニア健康エクササイズ	ティティ会	ランダムズ			ダンススクール クルール
26	水	YCバドミントンサークル バウンディ高砂	クレヨンパトラ	高砂ジュニア卓球クラブ			アロマヨガ(水)
27	木		高砂ピンポンズ			ヨガ教室	
28	金	バニーズ VAREUSE BBC	さつき卓球愛好会	金曜日 B.C	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)
29	土	泉卓友会	WHIP				
30	日	宮城クローバーズ	仙台籠球倶楽部	仙台ホテナズBC			
31	月	(公) バスケットボール	(一社)レヴァークスポーツ				

【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)

# 仙台市出花体育館からのお知らせ

令和7年4月から始められるスポーツプログラムについてご紹介いたします。

このプログラムは新生活や将来に向けて新しいことを始めたい方や生活に変化や張り合いをを与えたい方々にぜひ参加していただきたいプログラムです。是非とも皆様のご参加お待ちしております

## ◎ 短期プログラム（4・5月開催分）

短期プログラムは**事前申込みが必要**です。

教室名	種類	曜日	時間 (回数：料金)	プログラム紹介
サッカーで遊ぼう (年中・年長)	キッズ	水	15：30～16：20 (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着けることを目指します。
サッカーで遊ぼう (小1～小3)	キッズ	水	16：40～17：30 (7回：4,900円)	
スマイルピラティス	大人	水	14：00～15：00 (7回：4,900円)	ストレッチやチアダンスの動きを取り入れたフィットネス運動と季節や気候、参加者の体調を考慮したピラティスを行います。
アロマヨガnight(水)	大人	水	19：30～20：30 (7回：5,600円)	適度な負荷で身体にやさしいヨガとアロマの心地よさが満喫できるプログラムです。
ヨガ教室	大人	木	14：00～15：00 (8回：5600円)	ヨガの基本となる姿勢や呼吸法を無理なく実践するプログラムです。
ピラティス&ストレッチ	大人	金	①9：50～10：50 ②11：00～12：00 (7回：4,900円)	激しく運動をするのではなく姿勢を維持することで筋肉を鍛えていくプログラムです。
アロマヨガnight(金)	大人	金	19：30～20：30 (7回：5,600円)	アロマヨガnight(水)と内容は一緒です。

## 短期プログラムのお申込みは

### ①インターネット申込み

専用サイト (<https://spf-sendai.payhub.jp/>)

### ②直接窓口まで

住所：仙台市宮城野区出花1丁目13-7



申込サイト

