

日	曜日	有料 駐車場 混雑 予想	第1競技場			第2競技場			温水プール																						
			午前 (9:00~12:00)	午後 (13:00~17:00)	夜間 (18:00~21:00)	午前 (9:00~12:00)	午後 (13:00~17:00)	夜間 (18:00~21:00)	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21											
8/10	現在								月~土曜日 10:00~21:00 日・祝日 10:00~20:00																						
1	日	混雑	第14回太白区民バレーボール祭			Team ZAWA(2/3面) 北観沼町39ERS(1/3面)			第14回太白区民バレーボール祭			スクールハーツ																			
2	月		仙台向山高等学校			聖ウルスラ学院英智 高等学校吹奏楽部親の会			※			キッズラビット			スクールハーツ			週いち! アクア													
3	火		(ス)バドミントン教室 卓球教室	レヴァークススポーツ(1/3面) ミスノ株式会社(2/3面)		※			(当)週いち!健康エクササイズ (ス)SALSATION	リパティ卓球			(当)週いち!キッズ (ス)心と体が整うヨガ			はじめて 水泳	水中 ウォー キング	週いち! アクア			キッズ 4・5歳			キッズ 1・2年			キッズスイミング 3・4年生				
4	水		袋原幼稚園 PTAバレー部	(公)バドミントン		(ス)小学生バドミントン 小学生テニス・硬式テニス			(当)シニア健康エクササイズ	レヴァークススポーツ			カワイ器械体操クラブ(1/2面) (公)個人で楽しむヨガ(1/2面)			リハビリ 流水教室	サーキット アクア	ダンス アクア													
5	木	混雑	仙台89ERS国際親善試合			(ス)Body Make YOGA			(ス)リフレッシュヨガ (ス)ちびっ子体操4・5歳児			(ス)ちびっ子体操1~3年生 (ス)ストレッチ&パレトン			基礎			チャレ ンジ													
6	金		学校法人三幸学園			(ス)ZUMBA			学校法人三幸学園			レベル アップ			週いち! アクア			キッズ 4・5歳			キッズ 1・2年										
7	土	混雑	第47回仙台市スポーツ少年団バレーボール夏季交流大会						ライジェ(太白)																						
8	日	混雑	太白区学区民卓球大会		ヴォスクオーレ仙台		レヴァークススポーツ			(公)個人で楽しむ新体操																					
9	月		学校法人三幸学園			(当)キッズスポーツデー			リパティ卓球			学校法人三幸学園			週いち! アクア			キッズ 4・5歳			キッズ 1・2年										
10	火		(ス)バドミントン教室 卓球教室	学校法人三幸学園		(当)週いち!健康エクササイズ (ス)SALSATION			(公)ダンス			(当)週いち!キッズ (ス)心と体が整うヨガ			はじめて 水泳	水中 ウォー キング	週いち! アクア			キッズスイミング 3・4年生											
11	水		学校法人三幸学園	(公)バドミントン		(ス)小学生バドミントン 小学生テニス・硬式テニス			(当)シニア健康エクササイズ	レヴァークススポーツ			※			リハビリ 流水教室	サーキット アクア	ダンス アクア													
12	木	混雑	仙台三幸フェスティバル			(ス)Body Make YOGA			(ス)リフレッシュヨガ (ス)ちびっ子体操4・5歳児			(ス)ちびっ子体操1~3年生 (ス)ストレッチ&パレトン			基礎			チャレ ンジ													
13	金	混雑	第33回仙台市卓球協会会長杯争奪卓球大会(中学生の部)			練いちにいさん 保育園運動会			ライジェ(太白ジュニア)			レベル アップ			週いち! アクア			キッズ 4・5歳			キッズ 1・2年										
14	土	混雑	第33回仙台市卓球協会会長杯争奪卓球大会(中学生の部)			練いちにいさん 保育園運動会			ライジェ(太白)			BRIGHT☆																			
15	日	混雑	第43回全日本小学生バンドフェスティバル宮城県大会・第37回全日本マーチングコンテスト宮城																												
16	月	混雑	第61回仙台市民総合体育大会小学生バレーボールの部																												
17	火		健生学園東日本専門学校体育祭	※		リパティ卓球			レヴァークススポーツ			仙台市民球団企業組合(1/2面) (公)ミニテニス(1/2面)																			
18	水	使用不可	保守点検日 ※休館日のため施設利用はできませんが、予約受付等の窓口業務は行います。(9:00~17:00)																												
19	木	混雑	仙台シニアリーグ卓球大会			ゼルコバ仙台ラグビークラブ(1/3面) (公)卓球(2/3面)	(ス)Body Make YOGA			(ス)リフレッシュヨガ (ス)ちびっ子体操4・5歳児			(ス)ちびっ子体操1~3年生 (ス)ストレッチ&パレトン			基礎			チャレ ンジ												
20	金		くり幼稚園運動会			仙台大原簿記 情報公務員専門学校	(公)バスケットボール			ライジェ(太白ジュニア)			週いち! アクア																		
21	土		リガーレ仙台	※		在仙球団 コラボイベント	ユニソフ英語保育園 運動会			※			※																		
22	日	混雑	在仙球団コラボイベント			B'dash(1/3面) ※ (公)ミニテニス(1/3面)	※			7GOrookies(1/2面) 仙台スポーツ鬼ごっこ愛好会(1/2面)			※																		
23	月	混雑	仙台市クラブ対抗バドミントン大会			聖ウルスラ学院英智高等学校 吹奏楽部 親の会	リパティ卓球			キッズラビット			スクールハーツ																		
24	火		(ス)バドミントン教室 卓球教室	レヴァークススポーツ(1/3面) (公)卓球(2/3面)		仙台向山高等学校			(当)週いち!健康エクササイズ (ス)SALSATION	太極拳推手研究会			(当)週いち!キッズ (ス)心と体が整うヨガ			はじめて 水泳	水中 ウォー キング	週いち! アクア			キッズスイミング 3・4年生										
25	水		長町中3学年	(公)バドミントン		(ス)小学生バドミントン 小学生テニス・硬式テニス			(当)シニア健康エクササイズ	レヴァークススポーツ			カワイ器械体操クラブ(1/2面) (公)個人で楽しむ新体操(1/2面)			リハビリ 流水教室	サーキット アクア	ダンス アクア													
26	木		長町中2学年	常盤木学園マーチング		仙台向山高等学校			(ス)Body Make YOGA	(ス)リフレッシュヨガ (ス)ちびっ子体操4・5歳児			(ス)ちびっ子体操1~3年生 (ス)ストレッチ&パレトン			基礎			チャレ ンジ												
27	金		長町中1学年	常盤木学園マーチング		※			(公)バレーボール																						
28	土	混雑	第39回東北小学生バレーボール選手権大会																												
29	日	混雑	ファミリースポーツデー			Team ZAWA(2/3面) 宮城MAX(1/3面)	ファミリースポーツデー			※																					
30	月		仙台ランゲージスクール			仙台向山高等学校			※			キッズラビット			スクールハーツ			週いち! アクア			キッズ 4・5歳			キッズ 1・2年							

※の箇所は一週間前まで予約を受付いたします。申し込みのない場合は【一般公開】となります。種目等は当館までお問い合わせください。大会等につきまして日程の変更や中止になる場合があります。必ず事前に各問合せ先にご確認ください。

**★ベビー系クラスのご案内★**

**産後ママヨガ(木・午前)**

予約開始日 **8/22~**

開催日 **9/5**

定員: 8組(先着順)  
時間: 11:20~12:10  
会場: 体力測定室(スタジオ)  
対象: 2ヶ月~8ヶ月のお子様と保護者  
料金: 800円  
講師: 田村 麻利子



**赤ちゃんヨガ&マッサージ(金・午前)**

予約開始日 **8/30~**

開催日 **9/13**

定員: 8組(先着順)  
時間: 10:00~10:50  
会場: 体力測定室(スタジオ)  
対象: 2ヶ月~就園前のお子様と保護者  
料金: 800円  
講師: 大橋 香朱美



**チャイルドヨガ(水・午前)**

予約開始日 **9/11~**

開催日 **9/25~**

定員: 8組(先着順)  
時間: 10:00~10:50  
会場: 体力測定室(スタジオ)  
対象: 1歳~3歳のお子様と保護者  
料金: 800円  
講師: 大橋 香朱美



★各クラス開催日の2週間前から先着順でお申込みを受付けております。  
★SPFプログラムサーチへの会員登録が  
必要です。  
★お子様は家族登録が必要です。  
★お申込みの際は、備考欄にお子様の  
アレルギーの有無を入力ください。  
★ご不明な点がございましたら当館まで  
お問い合わせください。



**9.22.sun**

VEGALTA SENDAI  
親子サッカー教室

東北楽天ゴールデンイーグルス公式チアリーダー  
TSHOKU GOLDEN ANGELS  
チアダンス体験会

9月6日(金)9:00～申込開始(NET・窓口)

**10/14(月)**  
**マイタウンスポーツデー**

仙台89ERS  
親子バスケットボール教室  
①14:00～15:00 年中・年長と保護者(先着30組)  
②15:30～16:30 小1～3年生と保護者(先着30組)  
9/9(月)13:00～申込受付

仙台89ERS  
チアダンス体験会  
10:30～12:00  
年中～小学6年生(先着60名)  
9/9(月)9:00～申込受付

リガール仙台  
バレーボール教室  
14:30～16:00  
小・中学生(先着25名)  
高校生以上(先着25名)  
9/9(月)13:00～申込受付

アクアビクス体験会  
10:00～10:45  
高校生以上(先着25名)  
9/9(月)9:00～申込受付

トレーニング講習会  
11:00～※1時間程度  
中学生以上(先着12名)  
9/9(月)13:00～申込受付

体育の日の  
無料イベントです!  
皆様のご参加  
お待ちしております♪

**9.29.sun**

**アソビ**

時間…9:30～15:30(入退館自由)  
会場…カメイアリーナ仙台(仙台市体育館)  
対象…どなたでも **予約不要**  
持ち物…動きやすい服装・室内用シューズ  
シューズ袋・タオル・飲み物  
参加料…未就学児(無料)  
小中学生(300円)  
高校生以上(500円) / 1名

**週いち! 健康エクスサイズ**

日程:9/3・10・24  
時間:9:45～10:35  
料金:400円/回  
会場:第二競技場

**週いち! キッズ**

日程:9/3・10・24  
時間:17:30～18:20  
料金:400円/回  
会場:第二競技場

■予約不要■

**キッズスポーツデー**

開催日 **9/9** 月曜開催

対象 : 未就学児と保護者  
時間 : 10:00～11:30  
料金 : 大人300円, 未就学児無料  
持ち物 : いつものおでかけセット

■券売機でチケット購入後、第2競技場へお越しください■

**トレーニング講習・体力測定・ドクターコースのご案内**

完全予約制(電話または体育館窓口でご予約ください)  
※各開催時間、定員になり次第締め切らせていただきます。  
【持ち物】室内用シューズ・運動できる服装・身分証明書(免許証・保険証等)・タオル・飲み物

トレーニング講習	
トレーニング室利用には利用者証が必要です	
料金	中学生 120円 高校生以上 240円
開催日時	火曜日 13:30 木曜日 13:30/19:30 土曜日 11:00/18:30
時間	45分程度
定員	12名/1回
トレーニング室を利用する際のルールや注意事項、受付方法、マシンの使用方法等を説明します。 ※中学生以上対象(小学生は受けられません)	

体力測定	
運動を始める前に今の体力レベルを測定できます	
料金	小・中学生 300円 高校生以上 610円
開催日時	水曜日 13:30 土曜日 9:00
時間	1時間30分程度
定員	3名/1回
①形態測定(身長・体重・BMI・体脂肪) ②血圧・心肺機能測定 ③体力測定を実施し、結果表をもとに運動のアドバイスを行います。	

ドクターコース	
医師による問診や運動処方が受けられます	
料金	小・中学生 610円 高校生以上 1,200円
開催日時	土曜日 ①14:00 ②14:40 ③15:20
時間	2時間程度
定員	3名/1回
形態測定(身長・体重・BMI・体脂肪)、血圧・心肺機能測定後、心電図を付けた状態でエアロバイクをこぎます。不整脈の疑いがないかを判断し、スポーツドクターが運動処方を行います。	

体育館の予定によりお休みの日もあります。予めご了承ください。  
※体力測定・ドクターコース受講の方で、トレーニング講習も併せて受講する場合は別途料金が掛かります。(中学生120円/高校生以上240円)