

1/21 現在	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	
1	水	<b>年末年始休館日</b> ※1月4日は施設利用予約等窓口業務を 9:00~17:00まで行います																		
2	木																			
3	金																			
4	土																			
5	日	混雑	令和6年度 若林区PTA連合会バレーボール大会	JST仙台	仙台籠球倶楽部	太白JST	宮城MAX													
6	月	(公)ソフトテニス	長町ユニコーンズ(1/3面) (公)バレーボール(2/3面)	小林 様(1/3面) (公)硬式テニス(2/3面)	リバティ卓球	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					
7	火	(ス)バドミントン教室 卓球教室	(公)バドミントン	(公)バレーボール	(当)週いち!健康エクササイズ (ス)SALSATION	堀合 様(1/2面) (公)ミニテニス(1/2面)	(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						キッズスイミング 3・4年生					
8	水	ヴォスクオーレ仙台(2/3面) (公)バウンドテニス(1/3面)	(公)バドミントン(1/3面) (公)硬式テニス(2/3面)	(ス)小学生バドミントン 小学生テニス・硬式テニス	(公)卓球	レヴァークススポーツ	solufaction	リハビリ 流水教 室												
9	木	(公)ソフトテニス	(公)フットサル	東北高校R5	(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	基礎	チャレ ンジ											
10	金	<b>保守点検日</b> ※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)																		
11	土	<b>仙台市はたちの集い 全館貸切 (トレーニング室・軽運動場・幼児体育室も含む)</b> ※施設予約等の窓口業務は行います																		
12	日																			
13	月	混雑	第61回仙台市民総合体育大会バスケットボール競技 兼 第73回仙台市民バスケットボールまつり	オーダッシュ	第61回仙台市民総合体育大会バスケットボール競技 兼 第73回仙台市民バスケットボールまつり	スクールハーツ														
14	火	(公)バウンドテニス(2/3面)	(公)バスケットボール(2/3面)	(公)バドミントン(2/3面)	リバティ卓球	レヴァークススポーツ	89ERSアカデミー													
15	水	(公)卓球(2/3面)	(公)個人で楽しむヨガ(2/2面)	solufaction.FC(1/3面) 榎 様(1/3面) 津内口 様(1/3面)	(公)バドミントン	レヴァークススポーツ	宮城県バスケット協会													
16	木	七十七銀行バドミントン部(1/3面) (公)バスケットボール(2/3面)	東北高校R5	セルコバ仙台RC(1/3面) TEAM 5(1/3面) (公)ミニテニス(1/3面)	(公)バレーボール	学校法人佐藤学園	89ERSアカデミー													
17	金	ヴォスクオーレ仙台(2/3面) (公)個人で楽しむ体操(1/3面)	(公)バスケットボール	89ERSアカデミー(1/3面) ファイターズ(1/3面) solufaction.FC(1/3面)	(公)卓球	ライジェ(太白キッズ)														
18	土	混雑	仙台市スポーツ少年団小学生バレーボール冬季交流大会																	
19	日	混雑	HC ZAWA			おるんちよ(1/2面) (公)ミニテニス(1/2面)														
20	月	(公)硬式テニス(2/3面)	(公)ソフトテニス(2/3面)	仙台で気軽にバスケ(1/3面) 長町中学校女子ソフトテニス部の会(1/3面) (公)個人で楽しむヨガ(1/3面)	リバティ卓球	キッズラビット	スクールハーツ													
21	火	けやきクラブ	(公)バドミントン	錦ST	(公)卓球	レヴァークススポーツ	(公)バレーボール													
22	水	(公)卓球(2/3面)	(公)バスケットボール(2/3面)	仙台三高ソフトテニス部(1/3面) (公)ソフトテニス(2/3面)	(公)フットサル	レヴァークススポーツ	(公)ミニテニス													
23	木	混雑	仙台シニアリーグ卓球大会	89ERSアカデミー(1/3面) セルコバ仙台RC(1/3面) (公)ミニテニス(1/3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	基礎	チャレ ンジ											
24	金	Bリーグ2024-2025シーズン公式戦 仙台89ERS VS. 滋賀レイクス 1/25(土) 14:55~ 1/26(日) 14:05~					(ス)ZUMBA	学校法人佐藤学園	89ERSアカデミー	レベル アップ			週 いち! アクア		キッズ 4・5歳	キッズ 1・2年				
25	土	混雑				長命04	仙台市立山田中学校	ライジェ(太白)												
26	日	混雑				第28回太白区学区対抗卓球大会			管野 様											
27	月	(公)ソフトテニス(2/3面)	(公)バレーボール(2/3面)	(公)バドミントン(2/3面)	(当)キッズスポーツデー	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					
28	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) 七十七銀行バドミントン部(1/3面) (公)ミニテニス(1/3面)	仙台89ERSバスケットボール スクール(2/3面) G-lionsバスケットボールスポーツ少年団(1/3面)	(当)週いち!健康エクササイズ (ス)SALSATION	リバティ卓球	(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			キッズスイミング 3・4年生					
29	水	七十七銀行バドミントン部(1/3面) (公)バスケットボール(2/3面)	(公)バドミントン(1/3面) (公)硬式テニス(2/3面)	(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	solufaction.FC	リハビリ 流水教 室	サーキット アクア			ダン ス アクア								
30	木	ヴォスクオーレ仙台(2/3面) (公)個人で楽しむヨガ(1/3面)	(公)バレーボール	89ERSアカデミー(1/3面) セルコバ仙台RC(1/3面) (公)バウンドテニス(1/3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	基礎	チャレ ンジ											
31	金	HOKUTO baseball club			佐藤 様(2/3面)	(ス)ZUMBA	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					

※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)**

無理のない動きで産後のマイナートラブルの解消、  
育児ストレスの緩和を図る教室です★

予約開始日	1/9~
開催日	1/23

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)**

赤ちゃんとのふれあい遊び、ベビーマッサージの他、  
産後の体を整えるママのためのヨガを行います♪

予約開始日	1/17~
開催日	1/31

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)**

お子様の体力づくり・健康維持を図ります★  
元気いっぱい動きたい時期のお子さまにオススメです!

予約開始日	12/25~
開催日	1/8

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プログラムサークル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。