

# 塩釜ガス体育館 1月 行事予定表

部分は日曜、祝日 となります。  
 部分は利用できません  
**※貸切専用** 部分は貸切を希望する団体で使用できる3日前まで予約受付可能です。  
 貸切予約が入らない場合は一般開放となりますので、ご利用の際はお問合せ下さい。

日	曜	第1競技場			第2競技場			トレーニング室			ランニングコース			幼児室	駐車場	混雑状況	日	曜				
		午前の部9:00~12:00	午後の部13:00~17:00	夜間の部18:00~21:00	午前の部9:00~12:00	午後の部13:00~17:00	夜間の部18:00~21:00	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間									
1	火																1	火				
2	水																2	水				
3	木																3	木				
4	金																4	金				
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">                     年末年始休館日                      12月28日~1月4日                 </div>																						
5	土	第7回東日本高校選抜ソフトテニスインドア大会			※貸切専用	(開)バドミントン[2面]・卓球[6台]	塩釜市空手協会			○	○	○		○	混雑		5	土				
6	日	第7回東日本高校選抜ソフトテニスインドア大会			※貸切専用	※貸切専用				○	○			○	混雑		6	日				
7	月	第7回東日本高校選抜ソフトテニスインドア大会			一般開放	放課後デイスラウエス	小学生空手	(開G)バドミントン[3面]				○	○	○		○	混雑		7	月		
8	火	第7回東日本高校選抜ソフトテニスインドア大会				休館日(受付等窓口業務のみ8:30~17:00行っております。)												8	火			
9	水	バドミントン同好会	一般開放A	市中部活	鈴木様(ソフトテニス)[1面] ブラスクオーレ仙谷[半面]	(教)ボールで健康教室	塩釜市太極拳協会	少林寺拳法				○	○	○	○	○	○		9	水		
10	木	一般開放	一般開放A	市中部活	リベルタサッカースクール	一般開放	一般開放B	ふれじーる	宏武会鳳桜	(開G)バレーボール				○	○	○	○	○		10	木	
11	金	一般開放	一般開放A	市中部活	PL宮城MBA[半面] ブラスクオーレ仙谷[半面]	バウンドテニス同好会	(教)障がい者のためのスポーツ教室	バスケットボールスクールハーツ				○	○	○	○	○	○		11	金		
12	土	家族みんなでスポーツDAY! (お正月バージョン)			平成31年塩釜市成人式準備			塩釜柔道協会鏡開き	富谷市立成田中学校バスケットボール部	塩釜市空手協会			○	講習会	○				12	土		
13	日	平成31年塩釜市成人式			平成31年塩釜市成人式										○	混雑			13	日		
14	月	宮城県社会人クラブバドミントン連盟選手権大会			富谷市立成田中学校バスケットボール部						○	○			○	混雑			14	月		
15	火	休館日 (受付等窓口業務のみ8:30~17:00行っております。)																				
16	水	バドミントン同好会	一般開放B	(教)幼児スポーツ教室①	鈴木様(ソフトテニス)[1面] ブラスクオーレ仙谷[半面]	(教)ボールで健康教室	一般開放	少林寺拳法	講習会			○	○	○	○	○	○		16	水		
17	木	一般開放	一般開放A	(教)小学生スポーツ教室③-④(年中)	リベルタサッカースクール	(教)親子ふれあいスポーツ教室①	一般開放C	宏武会鳳桜	(開G)バスケットボール				○	○	○	○	○	○		17	木	
18	金	一般開放	一般開放A	市中部活	池本様(ソフトテニス)[半面] (開)バドミントン[4面] ブラスクオーレ仙谷[半面]	バウンドテニス同好会	一般開放A	バスケットボールスクールハーツ				○	◎	○	○	○	○	○		18	金	
19	土	第39回塩釜市バスケットボール協会杯中学生選抜バスケットボール大会			仙台東STC	小学生柔道教室	塩釜市空手協会			○	○	講習会			○	混雑			19	土		
20	日	第39回塩釜市バスケットボール協会杯中学生選抜バスケットボール大会			バスケットボールスクールハーツ						○	○			○	混雑			20	日		
21	月	一般開放	一般開放E	(教)小学生スポーツ教室①-②(年中)	多賀城JSTA	(教)3B体操教室②⑨	塩釜市太極拳協会	小学生空手	(教)体質改善ヘルシー教室①				○	◎	○	○	○	○		21	月	
22	火	休館日 (受付等窓口業務のみ8:30~17:00行っております。)																				
23	水	バドミントン同好会	(教)シニアスポーツ教室⑩	(教)幼児スポーツ教室⑫	(教)父と母のバドミントンレッスン① ブラスクオーレ仙谷[半面]	(教)ボールで健康教室	一般開放	少林寺拳法				○	○	○	○	○	○		23	水		
24	木	一般開放	一般開放A	(教)小学生スポーツ教室③-④(年中)	リベルタサッカースクール	(教)親子ふれあいスポーツ教室②	一般開放C	宏武会鳳桜	仙台東STC				○	○	講習会	○	○	○	○		24	木
25	金	一般開放	一般開放A	市中部活	PL宮城MBA[半面] ブラスクオーレ仙谷[半面]	バウンドテニス同好会	(教)障がい者のためのスポーツ教室	バスケットボールスクールハーツ				○	○	○	○	○	○		25	金		
26	土	第37回塩釜インドアソフトテニス大会			仙台東STC	小学生柔道教室	塩釜市体育協会 スポーツ講習会			講習会	○	○			○	混雑			26	土		
27	日	塩釜市ソフトテニス協会長杯中学生男子個人戦			塩釜市ソフトテニス協会長杯中学生男子個人戦						○	○			○	混雑			27	日		
28	月	一般開放	一般開放E	(教)小学生スポーツ教室①-②(年中)	多賀城JSTA	(教)3B体操教室⑩	塩釜市太極拳協会	小学生空手	(教)体質改善ヘルシー教室②				○	○	○	○	○	○		28	月	
29	火	休館日 (受付等窓口業務のみ8:30~17:00行っております。)																				
30	水	バドミントン同好会	一般開放B	(教)幼児スポーツ教室⑬	(教)父と母のバドミントンレッスン② ブラスクオーレ仙谷[半面]	(教)ボールで健康教室	一般開放	少林寺拳法	◎			○	○	○	○	○	○		30	水		
31	木	一般開放(半面)	一般開放A(半面)	(教)小学生スポーツ教室③-④(年中)	多賀城自衛隊銃剣道(半面)	リベルタサッカースクール	(教)親子ふれあいスポーツ教室③	一般開放C	(教)障がい者のためのスポーツ教室	(開G)バレーボール				○	○	○	○	○		31	木	

## 家族みんなでスポーツDAY！！

(お正月バージョン)

日時:1/12(土)9:00~11:45  
 場所:第1競技場  
 対象:どなたでも  
 参加費:大人250円/子供150円/未就学児無料  
 内容:トランポリン・バドミントン・卓球・音遊びほか  
 持ち物:上靴・飲み物



## 親子で遊ぼう！年少くらぶ(冬季)

日時:1/17~3/7(木) 15:45~16:45(全8回)  
 場所:体育館 第2競技場  
 対象・定員:年少児(現4才又は4才になる子)と親 40組  
 参加費:4,000円(保険代・暖房代含)  
 持ち物:動きやすい服装、運動靴、飲み物、タオル  
 申込み:申込用紙に記入の上、参加費を添え体育館へ

## スポーツ講習会 ~2コースから選択~

Aコース(実技):傷害予防トレーニングとストレッチ講座  
 Bコース(座学):応急処置講座と栄養学講座  
 日時:1/26(土)17:00~18:30(受付16:30~)  
 場所:第2競技場  
 講師:柴田 匡一郎 氏(仁接骨院院長)  
 定員:120名(先着順)  
 参加費:500円(高校生以上)当日徴収  
 持ち物:筆記用具、上靴、汗拭き用タオル  
 申込み:当日まで申込可、申込用紙に記入の上、窓口またはFAXで

## 後期 体質改善ヘルシー教室

日時:1/21~3/25(月) 19:15~20:30(全8回)  
 場所:体育館 第2競技場 ほか  
 定員:15名  
 参加費:4,000円(保険代含)  
 持ち物:動きやすい服装、運動靴、飲み物、タオル  
 申込み:1/5(土)~  
 申込用紙に記入の上、参加費を添え体育館へ

## とっても簡単セラバンドで筋力アップ

日時:1/18・25(金) 10:00~11:30  
 定員:各15名程度  
 参加費:各300円(保険代含)  
 持ち物:上靴、飲み物、タオル  
 申込み:前日までに電話、またはFAXで

## とっても簡単ボールでエクササイズ

日時:1/10・24(木)10:30~11:30  
 場所:ふれあいエスブ塩釜  
 定員:各20名程度  
 参加費:各600円(当日徴収)  
 持ち物:運動のできる服装・上靴・タオル・飲み物  
 申込み:前日まで、電話又はFAXで

## からだ改善エクササイズ

日時:1/10・17・24・31(木)19:00~20:15  
 場所:2F研修室  
 参加費:各600円(当日徴収)  
 持ち物:運動のできる服装・上靴・タオル・飲み物

## ボールで健康教室

日時:1/9・16・23・30(水)10:00~11:15  
 場所:第2競技場  
 参加費:各600円(当日徴収)  
 持ち物:運動のできる服装・上靴・タオル・飲み物  
 申込み:当日

- 利用上の注意**
- (開)は種目を指定した一般開放です。
  - (教)は体育館主催の教室です。
  - 「一般開放」は種目を自由に選択できますが、競技場により利用できない種目があります。(種目についてはお問い合わせください。)
  - 運動着、上靴(運動靴)、用具などは各自で用意してください。
  - 小学生は16:00、中学生は17:00までの利用となります。  
 中学生以下の夜間使用は保護者同伴となり、不在の場合は利用をお断りいたします。
  - 「一般開放」では部活動またはクラブ活動の利用はご遠慮ください。
  - 「一般開放」でのバスケットボール競技については、第2競技場のみのご利用とさせていただきます。
  - 利用者が多い場合は、お互いに譲り合ってください。
  - 競技場での飲食は禁止です。
  - 利用後は必ず後片付けとモップ掛け清掃を行ってください。
  - 係員の指示に従ってください。
- ・利用料金  
 小・中・高 ……1回 50円  
 学生・一般 ……1回 100円
- ・利用時間  
 平日、土曜日 9:00~21:00(21:15閉館)  
 日曜、祝祭日 9:00~17:00(17:15閉館)
- ・一般開放及び各競技種目開放の時間帯  
 A…13:00~16:00 E…13:00~15:30  
 B…13:00~14:45 F…18:30~21:00  
 C…13:00~15:00 G…19:00~21:00  
 D…15:00~17:00

**トレーニング室利用について**

- ・トレーニング室は登録制(高校生以上)になります。講習会を受講してください。
- ・利用時間は時間帯区分がありませんが、3時間以内となります。
- ・利用料金は一般開放と同様となります。
- ・お得な回数券(12枚綴)があります。(トレーニング、ランニングのみ使用可)  
 学生・一般:1,000円 高校生:500円(小中学生の方はランニングのみ使用可)

**トレーニング室指導日について**

- ・◎印の時間は指導員がアドバイスいたします。どうぞお声掛けください。
- 指導時間 午前の部 10時~  
 午後の部 14時~  
 夜間の部 19時~

**トレーニング講習会**  
 (約1時間)

受付…開催当日、窓口にて  
 (予約不要)

費用…1,000円

準備物…運動着、上靴

時間…午前の部 10時~  
 午後の部 14時~  
 夜間の部 19時~

お問い合わせ 特定非営利活動法人塩釜市体育協会(塩釜ガス体育館内)  
 〒985-0075 塩釜市今宮町9-1 URL <http://www.npo-shiogama-taikyo.or.jp>  
 TEL 362-1010 E-Mail [taikukan@npo-shiogama-taikyo.or.jp](mailto:taikukan@npo-shiogama-taikyo.or.jp)  
 FAX 362-1099 ※火曜日は休館日になっておりますが受付業務は窓口にて8:30~17:00まで行っております

—アクセス— バス:「体育館ゴルフ場前」下車一徒歩1分  
 JR:仙石線「本塩釜駅」下車一徒歩約30分  
 東北本線「塩釜駅」下車一徒歩約30分