

多賀城市総合体育館行事予定表3月分

平成31年3月13日現在

| 日 | 曜日 | 大 体 育 室 | | | 小 体 育 室 | | |
|----|----|---------------------------|---------|----------|---------------|---------------|---------------|
| | | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 |
| 1 | 金 | バレーボール | バドミントン | バドミントン | バドミントン・卓球 | パドル・卓球/ひまわり体操 | バドミントン・卓球 |
| 2 | 土 | 支倉常長カップ卓球大会 | | バドミントン | バドミントン | トランポリン | パドルテニス・卓球 |
| 3 | 日 | 第25回ひな祭り親善バレーボール大会 | | | ジュニア卓球・バド | バドミントン・卓球 | |
| 4 | 月 | 家庭婦人バレーボール9人制 | ソフトテニス | バレーボール | シャトルコックス・卓球 | シニア卓球・バウンドテニス | バドミントン・卓球 |
| 5 | 火 | 家庭バレーボール8人制 | バドミントン | バスケットボール | バドミントン・卓球 | バド・卓球/ひまわり体操 | バスケットボール・卓球 |
| 6 | 水 | | | | | | |
| 7 | 木 | 家庭婦人バレーボール9人制 | バドミントン | バレーボール | バドミントン・卓球 | バドミントン・卓球 | 新体操クラブ・卓球 |
| 8 | 金 | バレーボール | シニアスポーツ | バドミントン | バドミントン・卓球 | パドル・卓球/ひまわり体操 | バドミントン・卓球 |
| 9 | 土 | バレーボール・バドミントン | バドミントン | バドミントン | バドミントン・卓球 | トランポリン・卓球 | パドルテニス・卓球 |
| 10 | 日 | バレーボール・バドミントン | バドミントン | | ジュニア卓球・バドミントン | バドミントン・卓球 | |
| 11 | 月 | 家庭婦人バレーボール9人制 | ソフトテニス | バレーボール | シャトルコックス・卓球 | バウンドテニス・卓球 | バドミントン・卓球 |
| 12 | 火 | 家庭バレーボール8人制 | バドミントン | バスケットボール | バドミントン・卓球 | バド・卓球/ひまわり体操 | バスケットボール・卓球 |
| 13 | 水 | | | | | | |
| 14 | 木 | 家庭婦人バレーボール9人制 | バドミントン | バレーボール | バドミントン・卓球 | バドミントン・卓球 | 空跳ぶれサ男・新体操クラブ |
| 15 | 金 | バレーボール | シニアスポーツ | バドミントン | バドミントン・卓球 | パドル・卓球/ひまわり体操 | バドミントン・卓球 |
| 16 | 土 | 宮城県高等学校バレーボール選手権大会 | | バドミントン | バドミントン・卓球 | トランポリン・卓球 | パドルテニス・卓球 |
| 17 | 日 | みやぎ国体記念銃剣道大会 | | | みやぎ国体記念銃剣道大会 | | |
| 18 | 月 | 家庭婦人バレーボール9人制 | ソフトテニス | バレーボール | シャトルコックス・卓球 | シニア卓球・バウンドテニス | バドミントン・卓球 |
| 19 | 火 | 家庭バレーボール8人制 | バドミントン | バスケットボール | バドミントン・卓球 | バド・卓球/ひまわり体操 | バスケットボール・卓球 |
| 20 | 水 | | | | | | |
| 21 | 木 | バレーボール・バドミントン | バドミントン | | バドミントン・卓球 | バドミントン・卓球 | |
| 22 | 金 | バレーボール | バドミントン | バドミントン | バドミントン・卓球 | パドル・卓球/ひまわり体操 | バドミントン・卓球 |
| 23 | 土 | デフバレーナショナルチーム・リガール仙台合同練習会 | | バドミントン | バドミントン・卓球 | トランポリン・卓球 | パドルテニス・卓球 |
| 24 | 日 | デフバレーナショナルチーム・リガール仙台合同練習会 | バドミントン | | 東北高校OB会卓球大会 | | |
| 25 | 月 | 家庭婦人バレーボール9人制 | ソフトテニス | バレーボール | シャトルコックス・卓球 | バウンドテニス・卓球 | バドミントン・卓球 |
| 26 | 火 | 家庭バレーボール8人制 | バドミントン | バスケットボール | バドミントン・卓球 | バド・卓球/ひまわり体操 | バスケットボール・卓球 |
| 27 | 水 | | | | | | |
| 28 | 木 | 家庭婦人バレーボール9人制 | バドミントン | バレーボール | バドミントン・卓球 | バドミントン・卓球 | パドルテニス・卓球 |
| 29 | 金 | バレーボール | バドミントン | バドミントン | バドミントン・卓球 | パドルテニス・卓球 | バドミントン・卓球 |
| 30 | 土 | 三陸沿岸中学校ソフトボール大会 | バドミントン | バドミントン | バドミントン・卓球 | バドミントン・卓球 | パドルテニス・卓球 |
| 31 | 日 | 支倉常長カップ卓球大会 | | | バドミントン | バドミントン | |

多賀城市総合体育館行事予定表3月分

多賀城市下馬5丁目9番3号 電話022(365)1911

| 日 | 曜日 | 柔道場 | | | 剣道場 | | | 弓道場、集会室、和室 (時間が記入されているのは貸切です) |
|----|----|--------------|---------|-----------|--------------|---------|-----------|----------------------------------|
| | | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | |
| 1 | 金 | | | 空手道協会 | 健康体操同好会 | | 空手道協会 | 弓...13~17 集...18~21 |
| 2 | 土 | | | 合気道協会 | 多賀城中央剣道教室 | | なぎなた連盟 | 弓...13~17 集...9~18 |
| 3 | 日 | | 草柔会 | | 居合道愛好会 | | | 弓...9~12 |
| 4 | 月 | ヨガ愛好会 | | 合気道協会 | ヨガ愛好会 | | 空手道協会 | 弓...16~19 集...18~21 |
| 5 | 火 | エアロビクス | | 武現塾 | エアロビクス | 居合道愛好会 | なぎなた連盟 | 集...18~21 |
| 6 | 水 | | | | | | | |
| 7 | 木 | | | フィットネスダンス | | | フィットネスダンス | 集...19~21 |
| 8 | 金 | | | 空手道協会 | 健康体操同好会 | | 空手道協会 | 集...13~15、18~21 |
| 9 | 土 | 空手道協会 | | 合気道協会 | 多賀城中央剣道教室 | | なぎなた連盟 | 弓...9~17 |
| 10 | 日 | | 草柔会 | | 居合道愛好会 | | | 弓...9~12 |
| 11 | 月 | ヨガ愛好会 | | 合気道協会 | ヨガ愛好会 | | 空手道協会 | |
| 12 | 火 | エアロビクス | | 武現塾 | エアロビクス | 居合道愛好会 | なぎなた連盟 | 弓...16~19 集...18~21 |
| 13 | 水 | | | | | | | |
| 14 | 木 | | | フィットネスダンス | | | フィットネスダンス | 弓...13~17 集...19~21 |
| 15 | 金 | | | 空手道協会 | 健康体操同好会 | | 空手道協会 | 弓...16~19 集...13~15、18~21 |
| 16 | 土 | 空手道協会 | | 合気道協会 | 多賀城中央剣道教室 | | なぎなた連盟 | |
| 17 | 日 | みやぎ国体記念銃剣道大会 | | | みやぎ国体記念銃剣道大会 | | | 弓...9~12 集...9~17 |
| 18 | 月 | ヨガ愛好会 | | 合気道協会 | ヨガ愛好会 | | 空手道協会 | 弓...16~19 |
| 19 | 火 | エアロビクス | | 武現塾 | エアロビクス | 居合道愛好会 | なぎなた連盟 | 弓...17~19 集18~21 |
| 20 | 水 | | | | | | | |
| 21 | 木 | | 武現塾 | | | | | 弓...9~17 |
| 22 | 金 | | | 空手道協会 | 健康体操同好会 | | 空手道協会 | 弓...16~19 集...13~15、18~21 |
| 23 | 土 | 空手道協会 | | 合気道協会 | 多賀城中央剣道教室 | | なぎなた連盟 | 弓...9~12 集...9~17 |
| 24 | 日 | 多賀城空道協会 | 空道体験教室 | | 多賀城空道協会 | 空道体験教室 | | 弓...9~12 集...9~12 |
| 25 | 月 | ヨガ愛好会 | | 合気道協会 | ヨガ愛好会 | | 空手道協会 | 弓...9~12 |
| 26 | 火 | エアロビクス | | 武現塾 | エアロビクス | 居合道愛好会 | なぎなた連盟 | 集...18~21 |
| 27 | 水 | | | | | | | |
| 28 | 木 | | | フィットネスダンス | | | フィットネスダンス | 弓...13~17 集...19~21 |
| 29 | 金 | | | 空手道協会 | 健康体操同好会 | | 空手道協会 | 弓...9~17 集...9~12 |
| 30 | 土 | 空手道協会 | | 合気道協会 | 多賀城中央剣道教室 | | なぎなた連盟 | 弓...9~17 |
| 31 | 日 | | 多賀城空道協会 | | 居合道愛好会 | 多賀城空道協会 | | 弓...9~12 |

多賀城市総合体育館行事予定表のみかた

■大体育室、小体育室共通

- ① 種目名（バレーボール、バドミントン、卓球等）が記載されている欄は、種目指定の一般開放です。
- ② 利用者が多く、混みあった場合は複数団体で1コートご利用いただくこともあります。
- ③ 団体名、大会名などが記載されている欄は専用使用です。一般の方のご利用はできません。

■大体育室

- ① 「バレーボール」の欄はバレーボールコート3面の一般開放です。
- ② 午前のバレーボールの一般開放は、家庭婦人（コート割当調整規定により調整を行ったチーム）のみ利用できます。
- ③ 「バドミントン」の欄は、バドミントンコート6面の一般開放です。
- ④ 「バレーボール・バドミントン」の欄は、バレーボールコート1面、バドミントンコート3面の一般開放です。
- ⑤ 「バスケットボール」は、バスケットボールコート2面の一般開放です。
- ⑥ 「ソフトテニス」は、ソフトテニスコート1面の一般開放です。

■小体育室

- ① 「バドミントン・卓球」の欄は、バドミントンコート2面、卓球台6台の一般開放です。
- ② 「バスケットボール・卓球」の欄は、バスケットボールコート半面、卓球台6台の一般開放です。
- ③ 「バウンドテニス・卓球」の欄は、バウンドテニスコート2面、卓球台6台の一般開放です。バウンドテニスは用具を貸し出しています。
- ④ 火曜日の午後の部は、13:00~14:45が「バドミントン・卓球」、15:00~17:00が「ひまわり体操」です。
- ⑤ 金曜日の午後の部は、13:00~15:15が「パドルテニス・卓球」、15:30~18:00が「ひまわり体操」です。

■柔道場、剣道場

- ① 種目・団体名は、専用使用です。一般の方のご利用はできません。

■トレーニング室

- ① 登録者以外の方は利用できません。初めて利用される方は、登録し講習を受けて下さい。（詳しくは電話又は受付窓口まで）
- ② 他のスポーツ施設、トレーニングジム等に登録又は所属している方は、講習を受けずに申請書のみで利用ができます。登録証等をご持参下さい。

■集会室、和室

- ① 使用する場合は、予め手続きが必要になります。

■2階卓球室

- ① 他の開放同様、利用券を購入してからの利用となります。

■健康・スポーツ相談室

3月8日(金) 9:00~12:00、3月11日(月) 13:00~16:00、3月22日(金) 18:00~21:00にトレーナーがきて運動指導等アドバイスが受けられます。

【費用】初回登録料500円 ・測定のみ:市民500円、市外1,000円 ・測定&アドバイス:市民1,000円、市外1,500円

なお、お得な回数券があります。測定のみはいつでもできますが、事前にご予約ください。

3月22日(金)は18:00~21:00で栄養相談があります。