

令和6年度

多賀城市民スポーツクラブ スクール会員 募集中!!

見学
無料



多賀城市民スポーツクラブは、多賀城市内の体育施設の管理・運営を行うとともに地域の皆さまの健康維持・増進や運動するきっかけ作りを担っています。

はじめての不安を解消!

お試し体験 1回 **500円**
各スクール1回のみとさせていただきます。

応募方法 入会申込書に必要事項を記入の上、郵送または窓口へ提出してください。

応募スケジュール

申込締切
3月11日月
応募多数の場合は抽選となります

結果通知郵送
3月15日金

当選者 入会手続きの書類を送付
落選者 入会待ちの案内を送付

※締切後の申込みについては、随時受付いたします。(定員に達したスクールについては、入会をお待ちいただくことがあります)

〒985-0835 多賀城市下馬5-9-3 多賀城市総合体育館内
開館時間 / 平日・土曜 9:00~21:00 日曜・祝日 9:00~17:00 休館日 / 水曜
TEL.022-365-1918
プールに関するお問い合わせはこちらまで
TEL.022-365-3232

HPから最新情報をGET!!
入会申込書はこちらからダウンロードできます。
多賀城市民スポーツクラブ

封筒の宛名にご利用ください

令和6年度 入会申込書

ふりがな	性別	申込日 令和6年 月 日
氏名	男・女	1 籍続(現会員)・2 新規
生年月日	昭和・平成・令和 年 月 日(歳)	4月からの学年 年少・年中・年長・年生
住所	(〒 -)	
連絡先	携帯電話 - - 自宅番号 - -	
スクール名		
支払方法	1 口座振替 初回2ヶ月分をお支払い後、社の郵便金庫から毎月引落し(引落日:前月26日) 2 半年払い 前期:4~9月分、後期:10~3月分 3 一括払い 年払適用につき1ヶ月分	※お支払い方法は、申込書に記入してください。申込手数料はご負担いただけます。
ご家族の入会の有無	ご家族(同一世帯)で2人以上が入会する場合は、年会費を1人あたり500円割引します。	有 (氏名) / スクール名 () 無

9850835

多賀城市民スポーツクラブ

多賀城市下馬5-9-3

年会費 大人(高校生以上) 4,000円 各スクールに表示
子ども 2,000円 月会費

TEL.022-365-1918
TEL.022-365-3232

多賀城市総合体育館 〒985-0835 多賀城市下馬5丁目9番3号

健康太極拳 初心者の方も、しっかりと体を動かしたい方も、音楽に合わせて楽しく体を動かします。
年齢 18歳以上 (曜日) 木曜日
時間 13:30~15:00
月会費 2,500円

エアロピクス ゆっくりとした動作を行う全身運動が、健康づくりのための運動として、幅広い年齢層に人気です。
年齢 18歳以上 (曜日) 木曜日
時間 13:30~15:00
月会費 2,500円

ひまわり体操 幼児は巧足を使ったアスレチックなど、遊びを通して楽しく体を動かします。小学生は走る・跳ぶなど、体力作りをメインに様々な運動をします。
年齢 金曜日 (月会費) 2,500円
時間 15:30~17:00 (小学生) 16:30~18:00 (幼児)

トランポリン 飛び跳ねることで、筋肉や骨格を鍛え、筋力や全身のバランス感覚を養います。子どもから大人まで幅広く楽しむことができます。
年齢 土曜日 (月会費) 各2,500円/人
時間 11:30~14:00 (小学生) 14:10~15:10 (中学生) 15:20~16:20 (高校生) 16:30~17:30 (大人)

エンジョイ会員 以下の種目よりお選びいただけます。
1種目:月会費2,500円 2種目:月会費4,000円

ヨガ ゆっくりとした呼吸と無理のないポーズで心と身体をほぐします。心地よい音楽に合わせて、全身運動で汗を流して、心身の疲れを癒します。
年齢 18歳以上 (曜日) 火曜日
時間 18:30~19:30

ZUMBA(ズンバ) ラテンなどの軽快な音楽に合わせて、全身運動で汗を流して、心身の疲れを癒します。1日のストレスを解消します。
年齢 18歳以上 (曜日) 木曜日
時間 18:30~19:30

季節の食養生ヨガ 季節ごとの身体に良い食材のお話や、身体をほぐすポーズを行います。1日のストレスを解消します。
年齢 18歳以上 (曜日) 金曜日
時間 18:30~19:30

ダイナミックエアロ エアロピクスの全身運動にダンスやエクササイズを加えます。心身の疲れを癒します。
年齢 18歳以上 (曜日) 火曜日
時間 19:40~20:40

健美操 美しい音楽に合わせて、美しい姿勢で体を動かします。1日のストレスを解消します。
年齢 18歳以上 (曜日) 木曜日
時間 19:40~20:40

リカバーヨガ エアロピクスの全身運動にストレッチを加えます。心身の疲れを癒します。
年齢 18歳以上 (曜日) 木曜日
時間 19:40~20:40

多賀城市市民プール 〒985-0872 多賀城市上山2丁目6番6号

キッズ水泳 水が怖くてもつなげがなくても大丈夫! 水慣れからはじめます。水泳を楽しく学びましょう。
年齢 おむつがとれている幼児(3~6歳)
曜日 月・火・土曜日
時間 月・火曜日 14:45~15:45 土曜日 13:45~14:45
月会費 週1回 2,500円 週2回 3,000円

アクアスクール会員 以下の種目よりお選びいただけます。
1種目:月会費2,500円 2種目:月会費4,000円

アクアエクササイズ 水中でウォーキングやストレッチを行います。健康増進に効果的です。運動強度★
年齢 18歳以上 (曜日) 木曜日
時間 13:30~14:30

健康運動教室 水中でウォーキングやストレッチを行います。健康増進に効果的です。運動強度★
年齢 18歳以上 (曜日) 月・金曜日
時間 13:30~14:30

アクアピクス 音楽に合わせて楽しくエアロピクスを行います。運動強度★★★
年齢 18歳以上 (曜日) 金曜日
時間 14:40~15:40

初心・中級者水泳教室 目標は「クワライ」水泳の基礎から4泳法までレベルに合わせた指導を行います。運動強度★
年齢 18歳以上 (曜日) 月・木曜日
時間 月曜日 19:30~20:30 木曜日 14:40~15:40

ジュニア水泳 目標は4種目泳ぐこと! 泳力ごとに分かれて練習するので初めてでも安心して参加いただけます。参加する時間は泳力(級)によって異なります。
年齢 小学生・中学生
曜日 月・火・水・金・土曜日
時間 ①16:00~17:00 ②17:10~18:10 土曜日 ①15:00~16:00 ②16:10~17:10
月会費 週1回 2,500円 週2回 3,000円

水中運動教室 体力に自信がない、膝や腰が痛い、運動を始めたけど得意にならない、運動が苦手な方におすすめの教室です。運動強度★
年齢 65歳以上 (曜日) 金曜日
時間 10:30~11:30

多賀城市市民テニスコート 〒985-0841 多賀城市緑ヶ谷1丁目6番1号

硬式テニス・デイ 硬式テニス経験者のスクールです。ゲームを中心に行い楽しく体を動かします。
年齢 18歳以上
曜日 月・木曜日(週2回)
時間 13:00~15:00
月会費 4,000円

ジュニアソフトテニス ソフトテニスの基本的な技術を学びながら、挨拶や仲間との交流を大事にします。
曜日 木曜日 (月会費) 各2,500円
時間 19:00~20:00 19:00~21:00
※12~3月は総合体育館

さんみらい多賀城イベントプラザ(STEP) 〒985-0874 多賀城市八幡一本114-6

硬式テニス・ナイター 初心者から経験者まで、レベルに合わせて指導します。天候に左右されることが室内で練習ができます。
年齢 18歳以上
曜日 木曜日
時間 19:15~20:45
月会費 4,000円

特典 (エンジョイ・アクアスクール) スクールをお申込みされた方には、多賀城市民スポーツクラブのエンジョイ・アクアスクールの特典をご用意しております。