

2月体育館行事ご案内

桑名市体育館
桑名市中央町3-38
電話 22-6741



* 下記ご案内について変更の場合もありますので、あらかじめご了承ください。
※この行事予定は1月20日現在のものです。

日	曜日	競技場			会議室	剣道場			柔道場			トレーニング室 1回2H
		午前(9-12)	午後(13-17)	夜間(18-21)		午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	
1	木	ヴィヴィット(ハド)5/6 バドミントン2/6 バドミントン1/6	若草卓球教室2/6 よすが(Sハレ)2/6	若草卓球教室1/2 バスケット1/2	交通安全協会	モダンダンス	太極拳			ストレッチ整体	桑名柔道教室	
2	金	バドミントン2/6 バドミントン1/6	キッズ体操教室③	スポ少 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2		くわっこ	ふれ愛体操	太極拳	健康ヨガ		体操教室	
3	土	三幸カップ・ミニバスケットボール大会/1日目			大会控室	太極拳	ペアフレンド		ストレッチ整体	日本拳法	合気道愛好会	
4	日	桑名市バレーボール協会 ソフトバレーボール大会 桑名の殿様・姫様 会長杯			三重県かるた協会 第76回 全国競技かるた 桑名大会							
5	月	卓球同好会1/6 ヴィヴィット(ハド)5/6	イビクラブ1/6 ヴェルチュ2/6	桑卓クラブ1/3 Baton Team Grace1/2		太極拳	タイニートット	太極拳		西式体操	桑名柔道教室	
6	火	休館日										
7	水	卓球同好会1/6 ハドミントン2/6 バドミントン2/6	スポーツ少年団 Baton Team Grace1/2	若草卓球教室 1/2 卓球1/6 Baton Team Grace1/6	交通安全協会	壮健体操	エアロピクス	剣友会	健康ヨガ	健康体操		
8	木	ヴィヴィット(ハド) 5/6	若草卓球教室2/6 よすが(卓球)1/6	若草卓球教室1/2 m.f.c.(バスケット)1/2	ヨガ 交通安全協会	社交ダンス	太極拳		モダンダンス	ストレッチ整体	桑名柔道教室	
9	金	バドミントン2/6 バドミントン2/6	キッズ体操教室④	スポ少 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2		優心会	Baton Team Grace	太極拳	健康ヨガ	ふれ愛体操	体操教室	
10	土	三幸カップ・ミニバスケットボール大会/2日目			大会控室	チアダンス	ペアフレンド		ストレッチ整体	合気道士道館	合気道愛好会	
11	日	桑員ミニバスケット連盟 第2回 東海ミニバスケットボール選抜大会			大会控室	桑名剣道協会	笑TIME	フォークダンス	笑TIME	合気道愛好会	古流カラテ	
12	月	桑員ミニバスケット連盟 第2回 東海ミニバスケットボール選抜大会			大会控室	太極拳		太極拳				
13	火	バドミントン1/6	よすが(卓球・バド)2/6	桑卓クラブ1/3 ドッチボール1/2				チアダンス	さくらんぼキッズ	ストレッチ整体	ストレッチ整体	
14	水	卓球同好会1/6 ハドミントン2/6 バドミントン2/6	スポーツ少年団	若草卓球教室 1/2 バスケット1/2	交通安全協会	壮健体操	エアロピクス	剣友会	健康ヨガ	健康体操		
15	木	ヴィヴィット(ハド) 5/6	若草卓球教室2/6	若草卓球教室1/2 m.f.c.(バスケット)1/2	交通安全協会	社交ダンス	太極拳		モダンダンス	ストレッチ整体		
16	金	バドミントン1/6 バドミントン2/6	キッズ体操教室⑤	Baton Team Grace1/2 Sハレ1/6 ハドミントン2/6	交通安全協会 野球抽選会 団体会議	くわっこ	ふれ愛体操	太極拳	健康ヨガ			
17	土	卓球教室⑩	スポ少 若草卓球教室1/2 ドッチボール1/2	一般公開 バドミントン	交通安全協会 団体会議	リフレッシュ練功	ペアフレンド		ストレッチ整体	空手道育成会	合気道愛好会	
18	日	桑名市ソフトバレーボール連盟 交歓会・北勢大会			大会控室	桑名剣道協会	チアダンス	フォークダンス	合気道士道館	合気道愛好会	古流カラテ	
19	月	卓球同好会1/6 ヴィヴィット(ハド)5/6	イビクラブ1/6 ヴェルチュ2/6	桑卓クラブ1/3		太極拳	タイニートット	太極拳	タイニートット	西式体操		
20	火	休館日										
21	水	卓球同好会1/6 ハドミントン2/6 バドミントン2/6	スポーツ少年団	若草卓球教室 1/2 m.f.c.(バスケット)1/2	交通安全協会	壮健体操	エアロピクス	新体操	健康ヨガ	健康体操		
22	木	ヴィヴィット(ハド) 5/6	若草卓球教室2/6 よすが(卓球)1/6	若草卓球教室1/2 バレーボール1/2	交通安全協会	社交ダンス	太極拳		モダンダンス	ストレッチ整体	桑名柔道教室	
23	金	バドミントン2/6 バドミントン2/6	キッズ体操教室⑥	スポ少 若草卓球教室1/2 バスケット1/2		優心会	ふれ愛体操	太極拳	健康ヨガ		体操教室	
24	土	三幸カップ・ミニバスケットボール大会/3日目			大会控室 団体会議	リフレッシュ練功	ペアフレンド	三重一心剣友会	ストレッチ整体	空手道育成会	合気道愛好会	
25	日	バレーボール教室	一般公開 バドミントン	バスケット1/2 球技1/2		桑名剣道協会	武道		合気道士道館	合気道愛好会		
26	月	卓球同好会1/6 ヴィヴィット(ハド)5/6	イビクラブ1/6 ヴェルチュ2/6	桑卓クラブ1/3 バスケット1/2		太極拳	タイニートット	太極拳		西式体操	桑名柔道教室	
27	火	桑名市バドミントン協会 桑名レディースオープンバドミントン大会					わーくびれっぴのり	新体操	さくらんぼキッズ	ストレッチ整体	ストレッチ整体	
28	水	卓球同好会1/6 ハドミントン2/6 バドミントン2/6	スポーツ少年団	若草卓球教室 1/2 m.f.c.(バスケット)1/2	交通安全協会	壮健体操	エアロピクス	Baton Team Grace		健康体操		

・個人利用の卓球、トレーニング使用料は2時間まで、桑名市在住の方で大人100円、市外在住の方で大人200円。(中学生以下はそれぞれ半額)

・シューズ、ラケット、ピン球、シャトルは各自ご持参ください。

・競技場、剣道場、柔道場は3ヶ月前から申込みできます。ただし1ヶ月前までに使用料の支払いがない場合、仮予約は取り消しになります。

・トレーニング教室開催日はトレーニング室の個人利用が11時頃からになります。

桑名市のHPアドレス <http://www.city.kuwana.lg.jp/>

桑名市スポーツ施設のHPアドレス <http://www.kuwanashisportshisetsu.jp/top/>

桑名市体育館からのお知らせ

2月

ストレッチ整体教室のご案内

【場所】3階柔道場 【受講料】200円（保険代込）

【持ち物】動きやすい服装、タオル、飲み物

【指導者】カイロプラクター 増子良行

事前申し込みはございません。開講10分前までにお越し頂き、柔道場にて受講料をお支払下さい

13・27日

火曜・昼

13:00~14:30

血液の循環を良くして
「基礎代謝率アップ！」

13・27日

火曜・夜

19:00~20:30

首周辺の緊張緩和で
「自律神経を整える」

1・8・15・22日

木曜・昼

13:00~14:30

骨盤と脊柱の歪みを整え
「睡眠の問題を解決」

3・10・17・24日

土曜

9:30~11:00

腹部・脚リンパ循環促進
「脚のむくみ対策」

節分

♪2月の特別企画*日曜日一般開放♪

毎月2回土曜日に実施している一般開放を、今回は特別企画として日曜にも開放します！ぜひみなさまお越しください♪

☆ハトミントン☆

【開講日時】2/25(日) 13:00~15:00
15:00~17:00

《利用料金/1回2時間》

高校生・一般→100円 中学生以下→50円
(市外の方は上記料金より倍額となります)

※ご利用の際には必ず室内用シューズをご持参下さい。
素足、土足、スリッパ等でのご利用は固くお断り致します。

♪初めてのバレーボール教室*受講生募集♪

楽しく一緒にバレーボールを楽しみませんか♪
まずはボールに慣れることから始めましょう！

【開講日時】2/25(日) 10:00~11:30

【場 所】桑名市体育館 2階競技場

【講 師】桑名市スポーツ施設 職員・岡田望

【定 員】小学1~6年生 12名 ※未経験者に限りませ

【受講料】300円(保険料込)

【持ち物】動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物等

【申込方法】2/7(水) 10:00~

桑名市体育館2階受付にて申込用紙に必要事項
ご記入の上、受講料を添えてお申し込み下さい。
定員になり次第締め切ります。