7月体育館行事ご案内

7月

ヤマモリ体育館(旧: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6月19日現在のものです。

日	曜日	競技場 午前(9-12)	競技場 午後(13-17)	競技場 夜間(18-21)	会議室	剣道場 午前	剣道場 午後	剣道場 夜間	柔道場 午前	柔道場 午後	柔道場 夜間	トレーニング室 1回2H
1	水	卓球1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6	スポーツ少年団	若草卓球教室1/2 m.f.c(ﾊﾞｽｹｯﾄ) 1/2	交通安全協会	壮健体操	からだに"E"AERO	チアダンス	健康ヨガ			
2	木	バドミントン1/6 ヴィヴィット5/6	若草卓球教室2/6 卓球1/6	若草卓球教室1/2 Sﾊﾞﾚｰ1/6	交通安全協会	社交ダンス	太極拳		ヒデ・ダンス・ラボ			
3	金	卓球1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6	卓球1/6	ｽﾎﾟ少 若草卓球教室1/2 バスケット1/2			ふれ愛体操	太極拳			体操教室	
4	土	バレーボール1/2 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6 卓球1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6	桑名卓球協会 夏季選手権大会		団体会議		ペアフレンド				桑名合気道愛好会	
5	日	桑名バトン協会			桑名バトン協会	剣道			合気道士道館	桑名合気道愛好会		
6	月	卓球1/6 ヴィヴィット5/6	卓球1/6 ヴェルチュ1/2	桑卓クラブ1/3 バスケット2/6	団体会議	太極拳				西式体操		
7	火	休館日										
8	水	卓球1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6	スポーツ少年団	若草卓球教室1/2 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6	交通安全協会	壮健体操	からだに"E"AERO	チアダンス	健康ヨガ			
9	木	バドミントン1/6 ヴィヴィット5/6	若草卓球教室2/6 卓球1/6	若草卓球教室1/2 卓球1/6	交通安全協会	社交ダンス	太極拳		ヒデ・ダンス・ラボ	ストレッチ 健康運動教室		
10	金	シニア体操	卓球1/6	ｽﾎﾟ少 若草卓球教室1/2 バスケット1/2	桑名労働基準協会 団体会議	優心会	ふれ愛体操	太極拳	健康ヨガ		体操教室	
11	土	バレーボール大会		一般利用 バドミントン	ロボットプログラミング教室⑤ びっくり理科実験教室⑤		ペアフレンド	Baton Team Grace			桑名合気道愛好会	
12	日	バレーボール1/2	ﾊﾞｽｹｯﾄ1/2 Baton Team Grace1/2	ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6	団体会議	剣道			合気道士道館	桑名合気道愛好会		
13	月	卓球1/6 ヴィヴィット5/6	ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/2 ヴェルチュ1/2	桑卓クラブ1/3		太極拳				西式体操		
14	火		卓球1/6	m.f.c(ﾊﾞｽｹｯﾄ) 1/2 Sﾊﾞﾚｰ1/6								
15	水	卓球1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6	スポーツ少年団 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6	若草卓球教室1/2 卓球1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6	交通安全協会 団体会議	壮健体操	からだに"E"AERO	チアダンス				
16	木	バドミントン1/6 ヴィヴィット5/6	若草卓球教室2/6 卓球1/6	若草卓球教室1/2 バスケット1/2	交通安全協会 野球抽選会	ヒデ・ダンス・ラボ	太極拳					
17	金	卓球1/6 卓球1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6	卓球1/6	ｽﾎﾟ少 若草卓球教室1/2 Sﾊﾞﾚｰ1/6 Baton Team Grace2/6			ふれ愛体操	太極拳	健康ヨガ		体操教室	
18	土	バレーボール1/2 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6 卓球1/6	ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/2	一般利用 バドミントン	ミニ四駆教室① プラモデル教室①		ペアフレンド				桑名合気道愛好会	
19	日	バレーボール大会		ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6	団体会議 団体会議	剣道			合気道士道館	桑名合気道愛好会		
20	月	卓球1/6 ヴィヴィット5/6	卓球1/6 ヴェルチュ1/2	桑卓クラブ1/3 ﾊﾞｽｹｯﾄ2/6		太極拳				西式体操		
21	火			新体操1/2								
22	水	卓球1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6	卓球1/6	ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6	交通安全協会	壮健体操	からだに"E"AERO	剣道	健康ヨガ		チアダンス	
23	木	桑名市バレーボール協会小学生連盟 マクドナルド杯		若草卓球教室1/2 m.f.c(ﾊﾞｽｹｯﾄ) 1/2	大会控室	社交ダンス				ストレッチ 健康運動教室		
24	金	卓球1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6 バレーボール1/2 バスケット1/2		ｽﾎﾟ少 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2	団体会議	優心会						
25	土	桑員ミニバスケットボール連盟 第三十三フィナンシャルグループ杯 三重県ミニバスケットボール前期リーグ		ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6 m.f.c(ﾊﾞｽｹｯﾄ) 1/2	大会控室		ペアフレンド		空手道育成会	武道	桑名合気道愛好会	
26	日	桑名がんばろう会 第16回 折り鶴CUP		Baton Team Grace	団体会議	剣道	Baton Team Grace		合気道士道館	桑名合気道愛好会		
27	月	卓球1/6 ヴィヴィット5/6	卓球1/6 ヴェルチュ1/2	桑卓クラブ1/3		太極拳				西式体操		
28	火			新体操1/2 バスケット1/2		社交ダンス						
29	水	卓球1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6		ｽﾎﾟ少 若草卓球教室1/2 卓球1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ2/6	交通安全協会	壮健体操	からだに"E"AERO	チアダンス				
30	木	バドミントン1/6 ヴィヴィット5/6	若草卓球教室2/6 卓球1/6	若草卓球教室1/2 Sﾊﾞﾚｰ1/6	交通安全協会	ヒデ・ダンス・ラボ	太極拳					
31	金	卓球1/6 卓球1/6 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ1/6	卓球1/6	ｽﾎﾟ少 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2			ふれ愛体操	太極拳	健康ヨガ		体操教室	

・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150円・中学生以下70円、市外在住の方で大人300円・中学生以下140円 となります。
・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/

ストレッチ健康運動教室

～ こんな体操と運動から始めよう！ ～

「基礎運動習慣・ストレッチ教室」

◇期　日：７月9日(木)・23日(木)

◇時　間：13時00分～14時30分

◇場　所：3F 柔 道 場

◇受講料：200円

◇持ち物：動きやすい服装、タオル、飲物

◇講　師：柔道整復師 めいせい整骨院

院長　松田全弘

◇受講方法：

教室開講10分前までに(3F 柔道場)に

お越し頂き受講料をお支払い下さい

ヤマモリ体育館からのお知らせ

7月
July

ストレッチ健康運動教室

～柔軟性のない人はぜひ！～
全身柔らかストレッチ教室

7月9日
23日（木）
13:00～14:30

【場　所】ヤマモリ体育館　3階柔道場
【講　師】柔道整復師　めいせい整骨院
　　院長　松田全弘
【受講料】200円（保険料込）
【持ち物】動きやすい服装、飲み物、タオル等
※事前申し込みは必要ありません。
教室開講10分前までにヤマモリ体育館
柔道場に直接お越し下さい。
受講者名簿に氏名をご記入頂き、
受講料200円をお支払い下さい。

モノ作りを大好きになろう！

ミニ四駆教室
9:30～11:00

プラモデル教室
11:15～12:45

7/18、8/15・22・29
9/12
すべて土曜日【全5回】

【受講料】　両教室とも
　　全5回10,000円（材料費込）
【定　員】　両教室とも　15名
【場　所】　ヤマモリ体育館　2階会議室
【講　師】　ロボットイベントプロデューサー
　　堀田武志

【受講対象】小学1～6年生
※　3年生以下は保護者同伴で
お願いします）

【申込方法】
体育館2階受付にて所定の申込用紙にご記入の上、
受講料を添えてお申込みください。
両教室とも定員になり次第締め切ります。

☆受付期間☆

7/4日（土）～7/14（火）

☆受付開始時間☆

10:00～