

12月　体育館行事ご案内



ヤマモリ体育館
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１１月２０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（9-12）	剣道場 午後（13-17）	剣道場 夜間（18-21）	柔道場 午前（9-12）	柔道場 午後（13-17）	柔道場 夜間（18-21）
1	火	休館日									
2	水	バドミントン教室 予備日①	スポーツ少年団若草卓球教室1/2 ONE1/6　卓球1/6	バスケットボール1/2	（午前・午後） 桑名地区交通安全協会	壮健体操	エアロビクス教室⑩	チアダンス	健康ヨガ		アクロバット
3	木	ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6	若草卓球教室1/2 卓球1/6　卓球1/6　バドミントン1/6	ソフトバレー1/6　バドミントン1/6	（午前・午後）桑名地区交通安全協会 （夜間）桑名労働基準協会	社交ダンス			モダンダンス		桑名柔道教室
4	金	卓球1/6　卓球1/6　卓球1/6 卓球1/6　バドミントン2/6	フラダンス教室⑩ キッズ体操教室⑨		（午前・午後）桑名労働基準協会		ふれ愛体操	太極拳	合気道	ヨガ	体操教室
5	土	桑員ミニバスケットボール連盟 第32回三重県スポーツ少年団ミニバスケットボール交流大会		Baton Team Grace	（午前）調整会議 （午後）大会控室	練功教室⑩	ペアフレンド	トレーニング	チアダンス	アクロバット	桑名合気道愛好会
6	日	桑名市ソフトバレーボール連盟 reunion24		バスケットボール1/2	（午前・午後） 野球教室（雨天時）	野球教室（雨天時）			野球教室（雨天時）		
7	月	卓球同好会1/6　ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6	卓球1/6	桑卓クラブ1/3		太極拳	NPFC		合気道		
8	火	休館日									
9	水	バドミントン3/6	スポーツ少年団若草卓球教室1/2 ONE1/6　卓球1/6	バスケットボール1/2	（午前・午後） 桑名地区交通安全協会	壮健体操	エアロビクス教室 予備日①				アクロバット
10	木	ヴィヴィット2/6 バドミントン1/6　ヴィヴィット2/6	若草卓球教室1/2 卓球1/6　卓球1/6　バドミントン1/6	バドミントン1/6　バドミントン1/6	（午前・午後） 桑名地区交通安全協会	社交ダンス			モダンダンス	ストレッチ 健康運動教室	桑名柔道教室
11	金	卓球1/6　卓球1/6　卓球1/6 卓球1/6　バドミントン2/6	フラダンス教室・予備日① キッズ体操教室⑩	m.f.c(ﾊﾞｽｹｯﾄ) 1/2		剣道	ふれ愛体操	太極拳	健康ヨガ	ヨガ	体操教室
12	土	三重県高体連卓球専門部北勢地区支部 令和8年度三重県高等学校新人卓球大会		スポーツ少年団若草卓球教室1/2	（終日） 三幸研修会	練功教室 予備日①	ペアフレンド	トレーニング		アクロバット	桑名合気道愛好会
13	日	桑名卓球協会 令和８年度　桑名卓球選手権大会　一般の部			（終日） 三幸研修会	桑名剣道協会	剣道	ダンス	合気道士道館	合気道	
14	月	卓球同好会1/6　ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6	卓球1/6	桑卓クラブ1/3 新体操1/3	（終日） 三幸研修会	太極拳	NPFC				
15	火	休館日									
16	水	バドミントン3/6 バドミントン2/6	スポーツ少年団　若草卓球教室1/2 ONE1/6　卓球1/6	バドミントン1/6　バドミントン1/6	（午前・午後） 桑名地区交通安全協会	壮健体操	エアロビクス教室 予備日②		健康ヨガ	ダンス	アクロバット
17	木	ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6	若草卓球教室1/2 卓球1/6　卓球1/6　バドミントン1/6	ソフトバレーボール1/6	（午前・午後） 桑名地区交通安全協会	社交ダンス	ダンス		モダンダンス		桑名柔道教室
18	金	卓球1/6　卓球1/6　卓球1/6 卓球1/6　バドミントン2/6	フラダンス教室・予備日② キッズ体操教室・予備日①	ソフトバレー1/6　バドミントン1/6　バスケット1/6 m.f.c(ﾊﾞｽｹｯﾄ) 1/2	(夜間）団体会議	剣道	ふれ愛体操	太極拳	合気道	ダンス	体操教室
19	土	卓球教室④	バドミントン3/6 スポーツ少年団若草卓球教室1/2	***一般利用 バドミントン***		練功教室 予備日②	ペアフレンド	ダンス	体操	アクロバット	桑名合気道愛好会
20	日	桑員ミニバスケットボール連盟 全国予選桑員地区大会			（午前・午後）大会控室	桑名剣道協会			合気道士道館	合気道	ダンス
21	月	卓球同好会1/6　ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6	卓球1/6	桑卓クラブ1/3 バドミントン1/6　バドミントン2/6		太極拳			合気道		
22	火	休館日									
23	水	バドミントン3/6 卓球1/6　バドミントン2/6	スポーツ少年団　若草卓球教室1/2 ONE1/6　卓球1/6	バドミントン1/6　バドミントン1/6	（午前・午後） 桑名地区交通安全協会	壮健体操		剣道			アクロバット
24	木	ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6	若草卓球教室1/2 卓球1/6　卓球1/6　バドミントン1/6	バドミントン1/6	（午前・午後） 桑名地区交通安全協会				モダンダンス	ストレッチ 健康運動教室	桑名柔道教室
25	金	卓球1/6　卓球1/6　卓球1/6 卓球1/6　バドミントン2/6	キッズ体操教室 予備日②	トレーニング1/2 ソフトバレーボール1/6	（終日） 三幸研修会		ふれ愛体操	太極拳	健康ヨガ		
26	土	卓球教室⑤	スポーツ少年団若草卓球教室1/2 バスケットボール1/2	***一般利用 バドミントン***	（午前）セミナー （午後）親子ものづくり教室	ダンス	ペアフレンド	ダンス	体操	アクロバット	桑名合気道愛好会
27	日	桑名がんばろう会 第16回　黄昏交流会　ソフトバレーボール大会		若草卓球教室1/2 m.f.c(ﾊﾞｽｹｯﾄ) 1/2		桑名剣道協会			合気道士道館	合気道	
28	月	卓球1/6　ヴィヴィット2/6 ヴィヴィット2/6	卓球1/6　卓球1/6　卓球1/6 バドミントン2/6　卓球1/6	桑卓クラブ1/3		太極拳					
29	火	**年末年始は、１２月２９日（火）～１月３日（日）が休館となります**									
30	水										
31	木										

・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4週間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。
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/
★【一般利用・バドミントン】のご利用（受付）方法
①16：30～　整理券配布開始→先着12組（12コート分）、お1人１コートご予約できます　　（17：00～）か、（19：00～）の時間帯をお選びください
②17：00～　受付開始→17：00～の①番の札の方からお呼びしますので、お支払いをお願いします

ヤマモリ体育館からのお知らせ 12月

～レッツトライ！楽しく･元気に仲間と遊ぼう！～

第３期　げんきキッズ子供運動遊び教室

開講日	1/8・15・22・29　2/5・12・19・26　3/5・12（金曜日）
時間	幼児コース【年中・年長　定員：25名】　15：15～16：15 小学生コース【小学1～3年　定員：30名】　16：30～17：30
場所	ヤマモリ体育館　2階競技場
講師	日本ﾚｸﾘｴｰｼｮﾝ協会　ﾚｸﾘｴｰｼｮﾝｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ　伊藤早苗
受講料	全10回　5,000円（保険料込）
申込方法	ヤマモリ体育館2階受付にて申込用紙に必要事項をご記入の上、お申込み下さい。**※各コース応募多数による定員超過の場合は抽選とさせて頂きます。**

☆受付期間☆12/11（金）～12/27（日）　☆受付開始時間☆　10：00～

ストレッチ健康運動教室

～元気で長く歩ける身体を目指して～

「膝疾患対策ストレッチ」

【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】300 円（保険料込）

【持ち物】動きやすい服装、飲み物、タオル等

12/10（木）

12/24（木）

13：00～14：30

※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ください。受講者名簿に氏名をご記入いただき、受講料 300 円をお支払いください

オリエンテーションサービス

それぞれの目的に合わせた運動プログラムを
ご案内いたします
9：00～13：00 の間、1 時間ごとに
トレーニング室にて実施します

500 円（税込）

※トレーニング室利用料別途必要となります

12/3（木）・11（金）

17（木）・25（金）

☆ヤマモリ体育館２階窓口またはお電話にてご予約できます