



10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9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 | | | |
|----|----|--|----------------------------------|---|----------------------------|--------------------------------|-------------------------------------|-----------------|-------------|-------------------------------------|-----------------|----------|
| | | 午前(9-12) | 午後(13-17) | 夜間(18-21) | | 午前(9-12) | 午後(13-17) | 夜間(18-21) | 午前(9-12) | 午後(13-17) | 夜間(18-21) | |
| 1 | 火 | 休館日 | | | | | | | | | | |
| 2 | 水 | バドミントン教室⑤ | スポ少 若草卓球教室1/2 卓球1/6 | バスケット1/2 バスケット1/2 | (午後) 交通安全協会 | 壮健体操教室⑤ | エアロビクス教室④ ひもトレ&ストレッチ教室④ | | 健康ヨガ | 健康体操教室⑤ | 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 | バスケット1/2 バドミントン1/6 | (午後) 交通安全協会 | | MYストレッチ教室④ | | | | | |
| 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⑤ キッズ体操教室⑤ | バドミントン2/6 Sバレー1/6 m.f.c(バスケット) 1/2 | (午前・午後) 桑名労働基準協会 | 社交ダンス | ふれ愛体操教室⑤ | 太極拳教室⑤ | | ヘルシーヨガ教室⑤ | 体操教室 | |
| 5 | 土 | 桑員中学校体育連盟 令和6年度 桑員中学校新人体育大会 卓球大会 | | | スポ少 若草卓球教室1/2 トレーニング1/2 | (午前・午後) 大会控室 | 練功教室⑤ | ペアフレンド | | 合気道土道館 | 桑名合気道愛好会 | |
| 6 | 日 | 桑員中学校体育連盟 令和6年度 桑員中学校新人体育大会 剣道大会 | | | Baton Team Grace | (午前) パワーリフティング大会 (午後) 中体連控室 | 桑員中学校体育連盟 令和6年度 桑員中学校新人体育大会 剣道大会 | | | 桑員中学校体育連盟 令和6年度 桑員中学校新人体育大会 剣道大会 | | |
| 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 ヴェルチュ1/2 | 桑卓クラブ1/3 バスケット1/2 | | 太極拳 | NPFC | | | 西式体操 | | |
| 8 | 火 | 休館日 | | | | | | | | | | |
| 9 | 水 | バドミントン教室⑥ | スポーツ少年団 卓球1/6 | 若草卓球教室1/2 卓球1/6 | (午後) 交通安全協会 (夜間) 団体会議 | 壮健体操教室⑥ | エアロビクス教室⑤ ひもトレ&ストレッチ教室⑤ | | 健康ヨガ | 健康体操教室⑥ | 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 | Sバレー1/6 バドミントン2/6 | (午後) 交通安全協会 | 社交ダンス | MYストレッチ教室⑤ | | | ストレッチ 健康運動教室 | | |
| 11 | 金 | シニア体操 | キッズ体操教室⑥ | バスケット1/2 バスケット1/2 | (夜間) 団体会議 | 剣道 | ふれ愛体操教室⑥ | 太極拳教室⑥ | 健康ヨガ | ヘルシーヨガ教室⑥ | 体操教室 | |
| 12 | 土 | 卓球教室① | スポ少 若草卓球教室1/2 バドミントン1/6 卓球1/6 | 一般利用 バドミントン | (午前・午後) ロボット教室 | 練功教室⑥ | 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 | 令和6年度 第61回 桑名市民体育大会 バレーボール競技 女子・小学生の部 | | | (午後) 団体会議 | 桑名剣道協会 | | チアダンス | 合気道土道館 | 合気道 | | |
| 14 | 月 | 令和6年度 第61回 桑名市民体育大会 バレーボール競技 男女混合の部 | | | (午後) 団体会議 | 太極拳 | | | | | | |
| 15 | 火 | 休館日 | | | | | | | | | | |
| 16 | 水 | バドミントン1/6 バドミントン2/6 バドミントン3/6 | スポ少 若草卓球教室1/2 卓球1/6 | バスケット1/2 バスケット1/2 | (午後) 交通安全協会 | 壮健体操教室⑦ | エアロビクス教室⑥ ひもトレ&ストレッチ教室⑥ | チアダンス | 健康ヨガ | 健康体操教室⑦ | 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2/6 バドミントン1/6 | (午後) 交通安全協会 | 社交ダンス | MYストレッチ教室⑥ | | | | | |
| 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⑥ キッズ体操教室⑦ | Baton Team Grace1/2 Sバレー1/6 スポ少若草卓球教室2/6 | | 社交ダンス | ふれ愛体操教室⑦ | 太極拳教室⑦ | 健康ヨガ | ヘルシーヨガ教室⑦ | 体操教室 | |
| 19 | 土 | 卓球教室② | スポ少 若草卓球教室1/2 バスケット1/2 | 一般利用 バドミントン | (午前・午後) ロボット教室 | 練功教室⑦ | ペアフレンド | ゆめはまカップ 事前準備 | チアダンス | アクロバット | ゆめはまカップ 事前準備 | |
| 20 | 日 | 令和6年度 第61回 桑名市民体育大会 バドミントン競技 一般の部 | | | (終日) 市民体育大会大会控室 | ゆめはまカップ柔道大会 | | | ゆめはまカップ柔道大会 | | | |
| 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 ヴェルチュ1/2 | バスケット1/2 バスケット1/2 | | 太極拳 | NPFC | | | 西式体操 | | |
| 22 | 火 | 休館日 | | | | | | | | | | |
| 23 | 水 | バドミントン教室⑦ | スポーツ少年団 卓球1/6 | 若草卓球教室1/2 卓球1/6 バドミントン1/6 | (午後) 交通安全協会 | 壮健体操教室⑧ | エアロビクス教室⑦ ひもトレ&ストレッチ教室⑦ | 剣道 | | 健康体操教室⑧ | アクロバット | |
| 24 | 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 | Sバレー1/6 バドミントン1/6 Sバレー1/6 | (午後) 交通安全協会 | 社交ダンス | MYストレッチ教室⑦ | | | ストレッチ 健康運動教室 | | |
| 25 | 金 | 桑名市障害者福祉スポーツ大会 大会準備 | | | (終日) 大会準備 | 剣道 | ふれ愛体操教室⑧ | 太極拳教室⑧ | 健康ヨガ | ヘルシーヨガ教室⑧ | | |
| 26 | 土 | 桑名市障害者福祉スポーツ大会 | | | 一般利用 バドミントン | (午前・午後) 大会控室 | | 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 |
| 27 | 日 | 第14回 ソフトバレー交流会 | | | (午後) ヨーヨー練習会 | 桑名剣道協会 | | | 合気道土道館 | 合気道 | | |
| 28 | 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 ヴェルチュ1/2 | 桑卓クラブ1/3 m.f.c(バスケット) 1/2 | (午前・午後) 団体会議 | 太極拳 | NPFC | | | 西式体操 | | |
| 29 | 火 | 休館日 | | | | | | | | | | |
| 30 | 水 | バドミントン教室⑧ | スポーツ少年団 卓球1/6 | 若草卓球教室1/2 卓球1/6 バドミントン1/6 | (午後) 交通安全協会 | 壮健体操教室⑨ | エアロビクス | アクロバット | | 健康体操教室⑨ | 合気道 | |
| 31 | 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 | バスケット1/2 | (午後) 交通安全協会 | | MYストレッチ教室⑧ | | | | | |

- ・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)、1人1コートまでご予約可能です
- ②16:45~ 予約受付開始→17:00~か、19:00~の時間帯をお選びください

10月

ヤマモリ体育館からのお知らせ

ストレッチ健康運動教室

疲労回復のコツ教えます！
神経系リラックスストレッチ

10/10・24(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】300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300円をお支払い下さい。



ハロウィンお菓子プレゼント

10/31(木)限定
体育館ご利用の方に受付にて
お菓子のプレゼント♪
お菓子はなくなり次第終了になります



【休館日】

毎週火曜日



10/1・8・15・22・29

【一般利用・バドミントン】

10/12・19・26

土曜日 17:00～21:00

