



12月 体育館行事ご案内



*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

ヤマモリ体育館
桑名市中央町3-38
(電話) 22-6741

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 日	北勢スポーツ推進委員 実技研修会		Baton Team Grace	(午前・午後) 実技研修会	三幸 野球教室(雨天時)			三幸 野球教室(雨天時)		
2 月	卓球同好会1/6 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	
3 火	休館日									
4 水	バドミントン3/6 バドミントン1/6 バドミントン2/6	スポーツ少年団 卓球1/6 バスケット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			健康ヨガ		アクロバット
5 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		(午後) 交通安全協会	社交ダンス			モダンダンス		
6 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 予備日②	Sバレー1/6			ふれ愛体操	太極拳	健康ヨガ		体操教室
7 土	総合型地域スポーツクラブPRイベント スポーツアミューズメントパーク〜チャレスポ〜		スポ少 若草卓球教室1/2 トレーニング1/2	(午前) 大会調整会議	リフレッシュ練功 ほんぱく	ペアフレンド			アクロバット	桑名合気道愛好会
8 日	ヤマモリ感謝祭									
9 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	(午後・夜間) 桑名労働基準協会	太極拳	NPFC			西式体操	
10 火	休館日									
11 水	バドミントン3/6 バドミントン1/6 バドミントン2/6	スポーツ少年団 卓球1/6 バスケット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			健康ヨガ		アクロバット
12 木	バドミントン1/6 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		(午後) 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	
13 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	バドミントン3/6 m.f.c(バスケット) 1/2		剣道	ふれ愛体操	太極拳	健康ヨガ		体操教室
14 土	三重県高体連卓球専門部北勢支部 令和6年度 高校新人卓球大会北勢地区予選		Baton Team Grace		リフレッシュ練功	ペアフレンド	トレーニング		合気道土道館	桑名合気道愛好会
15 日	桑名中学校体育連盟 令和6年度 桑名中学校種目別大会剣道競技									
16 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	(午前)スタンドフィルムアート体験教室	太極拳	NPFC			西式体操	
17 火	休館日									
18 水	バドミントン3/6 バドミントン1/6 バドミントン2/6	スポーツ少年団 卓球1/6 バスケット1/6	若草卓球教室1/2 卓球1/6 バドミントン2/6	(午後) 交通安全協会	壮健体操			健康ヨガ		アクロバット
19 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		(午後) 交通安全協会	社交ダンス			モダンダンス		
20 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		バスケット1/2 Sバレー1/6		剣道	ふれ愛体操	太極拳	健康ヨガ		体操教室
21 土	卓球教室⑦	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	(午後)研修会	リフレッシュ練功	ペアフレンド	トレーニング	ヨガ	アクロバット	桑名合気道愛好会
22 日	桑名がんばろう会 第14回 黄昏交流会 ソフトバレーボール大会		m.f.c(バスケット) 1/2 バスケット1/2	(終日) 研修会	桑名剣道協会			合気道土道館	合気道	
23 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	(終日) 研修会	太極拳	NPFC			西式体操	
24 火	バドミントン2/6	卓球1/6 Baton Team Grace1/2								
25 水	バドミントン1/2 バドミントン1/6	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	壮健体操		剣道			合気道
26 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		(午後) 交通安全協会				モダンダンス	ストレッチ 健康運動教室	
27 金	卓球1/6 卓球1/6 卓球1/6 バドミントン1/6	Baton Team Grace	桑卓クラブ1/3 m.f.c(バスケット) 1/2				太極拳			
28 土	卓球教室⑧	スポ少 若草卓球教室1/2 卓球1/6 Baton Team Grace2/6	一般利用 バドミントン	(午前・午後) ロボット教室		ペアフレンド	トレーニング	合気道	合気道土道館	桑名合気道愛好会
29 日	年末年始は、12月29日(日)～1月3日(金)が休館となります									
30 月	年末年始は、12月29日(日)～1月3日(金)が休館となります									
31 火	年末年始は、12月29日(日)～1月3日(金)が休館となります									

・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

ヤマモリ体育館からのお知らせ

12月

令和6年度・第3期げんきキッズ子供運動遊び教室

開講日	1/10・17・24・31 2/7・14・21・28 3/7・14
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 4,000円(保険料含む)
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、お申込みください ※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いただきます

★受付期間★ 12/2(月) 10:00 ~ 12/22(日)

ステンドフィルムアート体験 オリジナルクリスマスツリー

ステンドフィルムアートとは、カラフルな専用フィルムとリード(鉛線)を切って貼るだけで、どなたでも素敵な作品が作れます。自分の好きな色のフィルムでクリスマスツリーを作ってお部屋に飾りませんか♪

12/16(月)

【場 所】 ヤマモリ体育館 2階会議室 10:00~
 【講 師】 あとりえひだまり主宰 北澤まり子 12:00
 【受講料】 1,800円(材料費込)
 【定 員】 10名(定員になり次第締め切ります)
 【申込方法】 ヤマモリ体育館2階受付にて、所定の申込用紙に必要事項記入の上、受講料を添えてお申込みください



★受付期間★ 11/15(金)10:00~

ストレッチ健康運動教室

12/12(木)

~痛い人も痛くない人も知って得する!~
『自宅でできる簡単腰痛予防法』

12/26(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ください。

受講者名簿に氏名をご記入頂き、受講料300円をお支払いください