



# 4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3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 火	バドミントン2/6	卓球1/6	ドッジボール1/2 バスケット1/2							
2 水	バドミントン3/6	スポーツ少年団 卓球1/6	若草卓球教室1/2 バスケット1/2	(午前・午後) 桑名地区交通安全協会	壮健体操教室①	エアロビクス教室① ひめトレ&ストレッチ教室①			健康体操教室①	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	Sバレー3/6	(午前・午後) 桑名地区交通安全協会		MYストレッチ教室①				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	ふれ愛体操教室①	バスケット1/2 Sバレー1/6 バドミントン2/6			フラダンス教室①	太極拳教室①	健康ヨガ	ヘルシーヨガ教室①	体操教室
5 土	卓球教室①	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) 合同説明会 (夜間) 団体会議	練功教室①	ペアフレンド	トレーニング	育成会	アクロバット	桑名合気道愛好会
6 日	桑名卓球協会 令和7年度 サイクルダブルス卓球大会			(夜間) 団体会議	桑名剣道協会			合気道士道館	合気道	
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	バドミントン1/6 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・午後) 桑名労働基準協会	太極拳				西式体操	
8 火	休館日									
9 水	バドミントン教室①	スポーツ少年団 卓球1/6	若草卓球教室1/2 Sバレー1/6 卓球1/6 バドミントン1/6	(午前・午後) 桑名地区交通安全協会	壮健体操教室②	エアロビクス教室② ひめトレ&ストレッチ教室②		健康ヨガ	健康体操教室②	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	(午前・午後) 桑名地区交通安全協会	社交ダンス	MYストレッチ教室②			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	第2630地区 国際ロータリー地区協議会		(午後・夜間) 国際ロータリー地区協議会	剣道	フラダンス教室②	太極拳教室②	健康ヨガ	ヘルシーヨガ教室②	体操教室
12 土	第2630地区 国際ロータリー地区協議会		スポ少 若草卓球教室1/2 トレーニング1/2	(午前・午後) 国際ロータリー地区協議会		ペアフレンド			アクロバット	桑名合気道愛好会
13 日	バスケット1/2 バスケット1/2		m. f. c(バスケット) 1/2 バスケット1/2	(午前・午後) 控室	桑名剣道協会		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 ヴェルチュ1/2	桑卓クラブ1/3 新体操1/3	(夜間) 団体会議	太極拳	NPFC			西式体操	
15 火	休館日									
16 水	バドミントン教室②	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2/6	(午前・午後) 桑名地区交通安全協会	壮健体操教室③	エアロビクス教室③ ひめトレ&ストレッチ教室③		健康ヨガ	健康体操教室③	アクロバット
17 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	バスケット1/2	(午前・午後) 桑名地区交通安全協会	社交ダンス	MYストレッチ教室③				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	ふれ愛体操教室② キッズ体操教室①	m. f. c(バスケット) 1/2 Sバレー1/6 バドミントン1/6			フラダンス教室③	太極拳教室③	健康ヨガ	ヘルシーヨガ教室③	体操教室
19 土	卓球教室②	スポ少 若草卓球教室1/2 Baton Team Grace1/2	一般利用 バドミントン		練功教室②	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
20 日	三重県高体連卓球専門部北勢支部 令和7年度 全国高校総体卓球競技 三重県北勢地区予選				桑名剣道協会			合気道士道館	合気道	
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	桑卓クラブ1/3 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③	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	(午前・午後) 桑名地区交通安全協会 (夜間) 団体会議	壮健体操教室④	エアロビクス教室④ ひめトレ&ストレッチ教室④	剣道	健康ヨガ	健康体操教室④	アクロバット
24 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	Sバレー1/6 Sバレー1/6	(午前・午後) 桑名地区交通安全協会 (夜間) 団体会議	社交ダンス	MYストレッチ教室④			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	ふれ愛体操教室③ キッズ体操教室②	バスケット1/2 バドミントン3/6		剣道	フラダンス教室④	太極拳教室④		ヘルシーヨガ教室④	体操教室
26 土	卓球教室③	スポ少 若草卓球教室1/2 バスケット1/2	トレーニング1/2 m. f. c(バスケット) 1/2		練功教室③	ペアフレンド			アクロバット	桑名合気道愛好会
27 日	桑員ミニバスケットボール連盟 第44回 桑員ミニバスケットボール春季大会		Baton Team Grace	(午前・午後) 大会控室	桑名剣道協会		剣道	合気道士道館	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 バドミントン1/6		太極拳	NPFC			西式体操	
29 火	若草卓球教室1/2			(午前・午後) 三重県かるた協会 三重県かるた協会控室	三重県かるた協会 第27回 三重県小倉百人一首かるた中高生大会			三重県かるた協会 第27回 三重県小倉百人一首かるた中高生大会		
30 水	休館日									

・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 4月

## ストレッチ 健康運動教室

4/10・24(木)  
13:00～14:30

～腰痛はなぜ起きるか教えます～  
腰痛対策ストレッチ

【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

※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3階柔道場に  
直接お越しください。受講者名簿に氏名をご記入して  
いただき、受講料 300円をお支払いください。

～レッツトライ! 楽しく・元気に仲間と遊ぼう!～

## 令和7年度 第1期 げんきキッズ 子ども運動遊び教室

- 受付期間●  
3/14(金)～4/6(日)
- 受付開始時間●  
10:00～



開講日	4/18・25 5/9・16・23 6/6・13・20・27 7/4[金曜日 全10回]
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

## 令和7年度前期・スポーツ教室へのご案内

受講料は申込受付開始日ではなく各教室開講第1回目に  
受付をいたします。教室開始時間前に、当日設けます  
【受付】へお越しください。  
【全教室：新受講料一律5,000円(全10回/保険料込)】

教室名	受講日	定員	申込受付開始日
バドミントン	4/9(水)から水曜日・全10回	40人	3/24(月) 午前9時より
壮健体操	4/2(水)から水曜日・全10回	70人	
健康体操	4/2(水)から水曜日・全10回	70人	
エアロビクス	4/2(水)から水曜日・全10回	30人	
ひめトレ&ストレッチ	4/2(水)から水曜日・全10回	30人	
ふれ愛体操	4/4(金)から金曜日・全10回	70人	
MYストレッチ	4/3(木)から水曜日・全10回	30人	3/28(金) 午前9時より
ハルシーヨガ	4/4(金)から金曜日・全10回	30人	
フラダンス	4/4(金)から金曜日・全10回	30人	
大極拳	4/4(金)から金曜日・全10回	60人	
卓球	4/5(土)から土曜日・全10回	70人	
練功	4/5(土)から土曜日・全10回	30人	

- 受講対象： 18歳以上の方
- 申込方法： 体育館2階受付にて申込用紙を受取り、必要事項をご記入の上、受講料を添えて  
各教室の申込受付開始日に体育館へお越しください。  
申込受付開始日以降も受付は可能ですが、定員になり次第締め切ります。  
※お電話での受付はできません。代理の方によるお申込はお一人までです。  
※教室受講中に起きた怪我が保険の対象です。(ご自宅から体育館までの  
往復路で起きた怪我に関しては保険の対象外です)ただし、状況によっては  
保険が支払われない場合があります。詳しくは体育館までお問合せください。
- 申込開始日の受付： 午前8時30分より、西側入口玄関(スロー側)にて整理番号札を  
配布します。その後、午前9時より2階会議室にて受付を開始します。