

# 本山製作所青葉アリーナ (仙台市青葉体育館) 令和5年3月行事予定表

指定管理者 (R8.3.31まで)  
公益財団法人  
仙台市スポーツ振興事業団

ホームページ



http://www.spf-sendai.jp/aoba/

〒981-0912 仙台市青葉区堤町1丁目1番5号

TEL 022-717-1191

FAX 022-717-1533

競		技		場		日	曜
午前 (9:00~12:00)		午後 (13:00~17:00)		夜間 (18:00~21:00)		日	曜
1	水	ピンポンくらぶ	スポセン卓球	AOB新体操クラブ		1	水
2	木	(ス) バドミントン・卓球 冬⑥		仙台市立上杉山中学校		2	木
3	金	けやきクラブ (ソフトテニス)	水曜会 (ソフトテニス)	戸田様 (ソフトテニス)	さーくる社 (ソフトテニス)	3	金
4	土	東北選抜インドアソフトテニス大会					
5	日						
6	月	ルーセント杯東北レディースインドアソフトテニス大会		東北大学医学部バドミントン部	(公) バレーボール	6	月
7	火	東北医科薬科大学 令和4年度卒業証書・学位記授与式 (リハーサル)					
8	水	東北医科薬科大学 令和4年度卒業証書・学位記授与式					
9	木	(ス) バドミントン・卓球 冬⑦	戸田様 (ソフトテニス)	仙台悠遊ソフトテニスクラブ	仙台市民バドミントン同好会		
10	金	レジャーセンター同好会 (卓球)	戸田様 (ソフトテニス)	(公) バスケットボール		10	金
11	土	高校選抜インドアソフトテニス大会					
12	日						
13	月	レジャーセンター同好会 (卓球)	ピンポンくらぶ	戸田様 (ソフトテニス)	仙台悠遊ソフトテニスクラブ	日下様 (卓球)	東北大学医学部バドミントン部
14	火	BEER'S (バドミントン)					
15	水	レジャーセンター同好会 (卓球)	主幹バドミントン同好会	AOB新体操クラブ		仙台市太極拳協会	
16	木	(ス) バドミントン・卓球 冬⑧		水曜会 (ソフトテニス)		16	木
17	金	保守点検日 (休館日のため施設は利用できませんが、予約受付等の窓口業務は9時から17時まで行います。)					
18	土	高校選抜インドアソフトテニス大会					
19	日						
20	月	(公) バドミントン		戸田様 (ソフトテニス)	仙台悠遊ソフトテニスクラブ	ピンポンくらぶ	20
21	火	仙台市民総体第26回 ダンススポーツフェスティバル in 仙台					
22	水	学校法人三幸学園	仙台ウェディング&ブライダル専門学校	仙台市民バドミントン同好会		22	水
23	木	東北大学医学部バドミントン部		(公) バスケットボール		仙台東ソフトテニスクラブ	
24	金	レジャーセンター同好会 (卓球)	スポセン卓球	水曜会 (ソフトテニス)		24	金
25	土	AND1 (バスケットボール)					
26	日	第20回仙台市青葉区親善卓球大会					
27	月	ピンポンくらぶ	(公) バレーボール		太極拳月曜クラブ	仙台東ソフトテニスクラブ	
28	火	けやきクラブ (ソフトテニス)	GARDEN (バレーボール)	仙台一高水泳部 (バレーボール)	仙台市民バドミントン同好会		
29	水	学校法人三幸学園		仙台ウェディング&ブライダル専門学校		仙台市太極拳協会	
30	木	常盤木学園		仙台MSTクラブ (ソフトテニス)	(公) 卓球・バレーボール		
31	金	けやきクラブ (ソフトテニス)		水曜会 (ソフトテニス)		仙台東ソフトテニスクラブ	

(2月10日現在)

●(公) は一般公開 (使用料: 小・中学生120円、一般240円) (ス) はスポーツ教室です。

※ 室内用運動靴や用具はご持参ください。接触面が生じないようにダブルス・ゲーム形式でのご利用はご遠慮ください。

● 駐車場は1時間以内の場合は100円、1時間を超えた場合は30分増すごとに50円加算されます。(車高制限: 2.1m。駐車台数に限りがあります。来館は公共交通機関が便利です。)

● 大会、行事等が重なった場合、駐車場は大変混みあうことが予想されます。「駐車場混雑予想」を載せましたので交通手段選択の参考にしてください。

● 空欄は専用使用の申込みができる場合があります。(予約方法等は、電話または窓口にお問い合わせください。)

● 行事予定状況は変更になる場合がありますので、ご確認のうえご利用ください。

**予約不要 キッズスポーツデー**

開催日: 3月16日(木)

対象: 未就学児と保護者  
時間: 10:00~11:45  
定員: 30組(先着)  
料金: 保護者 300円 (当日券売機にて)  
未就学児無料  
会場: 2階 柔道場

【持ち物】・動きやすい服装 ・タオル  
・飲み物(フタが閉まるもの)

**からだリズム**

申込: 各開催日6日前の13時より  
電話、窓口にて先着受付

3月4日(土)予約開始: 2月26日  
3月18日(土)予約開始: 3月12日

対象: 一般  
時間: 10:30~11:30  
定員: 15名(先着 ※申込参照)  
料金: 200円(当日券売機にて)  
会場: 1階 スタジオ

**四季を感じよう!**  
~ウォーキング~

開催日: 3月11日(土)

申込: 2月18日~3月4日 締切  
※申込方法参照

対象: 一般  
時間: 10:00~12:00  
定員: 12名(抽選)  
料金: 200円(当日券売機にて)

## 令和5年度 スポーツプログラム参加者大募集

プログラム名	対象	定員	日程(回数)	時間	受講料	申込期間
エアロdeシェイプ(月)	一般	各15名(抽選)	4/10~6/5(8)	10:00~11:00	各5,600円	3/6~3/27締切
ピラティス(月)				11:15~12:10		
ファイティングシェイプ(月)				19:00~19:50		
ピラティス&エクササイズ(火)	一般	各15名(抽選)	4/11~6/13(8)	11:20~12:10	各5,600円	3/7~3/28締切
いきいき健康寿命教室(火)	60歳以上			13:30~14:30		
リフレッシュヨガ(火)	一般	各15名(抽選)	4/12~6/14(8)	19:15~20:15	各5,600円	3/8~3/29締切
骨盤エクササイズ(水)	一般			13:10~14:00		
ヨガ棒エクササイズ(水)				14:10~15:00		
NEW ダンスフィットネス(水)	一般	各15名(抽選)	4/13~6/8(8)	19:10~20:10	各5,600円	3/9~3/30締切
NEW SALSATION®(木)				10:00~11:00		
バランスコーディネーション(木)				11:20~12:10		
スタイルアップ!全身エクササイズ(木)	一般	各15名(抽選)	4/14~6/9(8)	19:30~20:30	各5,600円	3/10~3/31締切
NEW 筋膜リリースヨガ(金)				10:00~10:50		
アロマヨガ(金)				11:05~11:55		
からだケアピラティス(金)				15:00~15:50		
アロマヨガ夜間A(金)	一般	各15名(抽選)	4/10~6/12(8)	18:40~19:35	各3,200円	3/6~3/29締切
アロマヨガ夜間B(金)				19:45~20:40		
NEW ZUMBA GOLD 春(月)	一般	各15名(抽選)	4/11~6/13(8)	13:00~13:50	各5,600円	3/6~3/27締切
リンパストレッチ骨盤調整 春(火)				10:00~10:50		
フラダンス 春(水)				4/12~6/14(8)		
新シニア健康エクササイズ(月)	60歳以上	各65名(抽選)	4/10~6/12(8)	① 9:30~10:30	各3,200円	3/6~3/29締切
新シニア健康エクササイズ(水)				② 11:00~12:00		

### ◆◆ 申込方法 ◆◆

●インターネット申込 締切日23:59まで

申込サイトはこちら↓

●往復ハガキ記入事項 締切日必着

- ①当館HP「プログラムサーチ」を開く。
  - ②会員登録の実施(新規登録画面にメールアドレスの入力)
  - ③会員登録後、ログイン。希望教室を選択し申込。
- ★下記メールアドレスを受信できるように設定してください。  
※ドメイン(@spf-sendai.payhub.jp)解除



- ①教室名 ②氏名(フリガナ) ③生年月日(西暦) ④郵便番号、住所
- ⑤電話番号 ⑥緊急連絡先 ⑦キャンセル待ち希望の有無

※往復はがきは1教室につき1枚必要です。

# 本山製作所 仙台市武道館 令和5年3月行事予定表

指定管理者(R8.3.31まで)  
公益財団法人  
仙台市スポーツ振興事業団

〒981-0912 仙台市青葉区堤町一丁目1番5号  
TEL 022-717-1191  
FAX 022-717-1533

施設のHPはこちらから



日	曜	柔道場			剣道場			弓道場			日	曜	
		午前 (9:00~12:00)	午後 (13:00~17:00)	夜間 (18:00~21:00)	午前 (9:00~12:00)	午後 (13:00~17:00)	夜間 (18:00~21:00)	午前 (9:00~12:00)	午後 (13:00~17:00)	夜間 (18:00~21:00)			
1	水	新シニア健康エクササイズ 水曜①②	(指)柔道 15:30~17:30	(指)柔道(指)合気道 18:00~20:30		(指)太極拳 13:30~15:30 (指)剣道 16:00~18:00	(指)剣道 18:00~20:30	(公)弓道	(公)弓道	(公)弓道	1	水	
2	木	日中友好太極拳	ストレッチコスモス	北仙台空研JKD	老壮年体操		極真同好会	(公)弓道			2	木	
3	金	主婦の体操同好会	(指)空手道 15:30~17:30	(指)少林寺拳法 18:00~20:30	太極拳愛好会仙台	(指)なぎなた 13:30~15:30 (指)剣道 16:00~18:00	(指)剣道 18:00~20:30	(指)弓道 14:30~17:00	(指)弓道 18:00~20:30		3	金	
4	土	合気道 真澄会	青葉道院 (少林寺拳法)	仙台市合気道教室	東北・北海道ブロック 4段位昇段対応講習会(太極拳)			(指)弓道 中学生以上 9:30~12:00	仙台愛弓会	居合道愛好会	4	土	
5	日	宮城地区武専 (少林寺拳法)						(公)弓道	(公)弓道	(公)弓道	5	日	
6	月	新シニア健康エクササイズ 月曜①②	AOB子ども体操	(指)柔道(指)空手道 18:00~20:30	太極拳月曜クラブ	仙台レディース フォークダンスサークル	(指)少林寺拳法 18:00~20:30	(指)弓道 14:30~17:00	(公)弓道		6	月	
7	火	主婦の第一トレーニング		仙台中央道院 (少林寺拳法)	主婦のストレッチ体操	仙台フラワーズ	和道会仙台 スポーツ少年団	主婦の弓道同好会	(公)弓道	(公)弓道	7	火	
8	水	新シニア健康エクササイズ 水曜①②	(指)柔道 15:30~17:30	(指)柔道(指)合気道 18:00~20:30		(指)太極拳 13:30~15:30 (指)剣道 16:00~18:00	(指)剣道 18:00~20:30	(公)弓道	(公)弓道	(公)弓道	8	水	
9	木	日中友好太極拳	ストレッチコスモス	北仙台空手	老壮年体操	全日本太極拳協会	極真同好会	(公)弓道			9	木	
10	金	主婦の体操同好会	(指)空手道 15:30~17:30	(指)少林寺拳法 18:00~20:30	太極拳愛好会仙台	(指)なぎなた 13:30~15:30 (指)剣道 16:00~18:00	(指)剣道 18:00~20:30	(指)弓道 14:30~17:00	(指)弓道 18:00~20:30		10	金	
11	土	合気道 真澄会	青葉道院 (少林寺拳法)	仙台市合気道教室	技術講習会・段審査 (空手道)		和道会仙台	(指)弓道 中学生以上 9:30~12:00	(公)弓道	居合道愛好会	11	土	
12	日	宮城地区審判講習会 (少林寺拳法)			泉親子空手サークル	宮城県剣道連盟 月例稽古会	カワイ新体操クラブ		(公)弓道	(公)弓道	(公)弓道	12	日
13	月		AOB子ども体操	(指)柔道(指)空手道 18:00~20:30	太極拳月曜クラブ	太極拳月曜クラブ	(指)少林寺拳法 18:00~20:30	(指)弓道 14:30~17:00	(公)弓道		13	月	
14	火	主婦の第一トレーニング		仙台中央道院 (少林寺拳法)	主婦のストレッチ体操	仙台フラワーズ	和道会仙台 スポーツ少年団	主婦の弓道同好会	(公)弓道	(公)弓道	14	火	
15	水		(指)柔道 15:30~17:30	(指)柔道(指)合気道 18:00~20:30		(指)太極拳 13:30~15:30 (指)剣道 16:00~18:00	(指)剣道 18:00~20:30	(公)弓道	(公)弓道	(公)弓道	15	水	
16	木	キッズスポーツデー	ストレッチコスモス	北仙台空手	日中友好太極拳		極真同好会	(公)弓道			16	木	
17	金	保守点検日 (休館日のため施設は利用できませんが、予約受付等の窓口業務は9時から17時まで行います。)										17	金
18	土	草柔会	青葉道院 (少林寺拳法)	仙台市合気道教室	宮城県剣道連盟 女子稽古会	少年剣道クラブ	和道会仙台	(指)弓道 中学生以上 9:30~12:00	仙台愛弓会	居合道愛好会	18	土	
19	日	合気道 真澄会	泉親子空手サークル	クリエイティブボックス (体操)	仙台市剣道連盟 ジュニア強化練習会	仙台市剣道連盟 指導者講習会		(公)弓道	(公)弓道	(公)弓道	19	日	
20	月		AOB子ども体操	(指)柔道(指)空手道 18:00~20:30	太極拳月曜クラブ	仙台レディース フォークダンスサークル	(指)少林寺拳法 18:00~20:30	(指)弓道 14:30~17:00	(公)弓道		20	月	
21	火	仙台市民総体第26回ダンススポーツフェスティバルin仙台										21	火
22	水		(指)柔道 15:30~17:30	(指)柔道(指)合気道 18:00~20:30		(指)太極拳 13:30~15:30 (指)剣道 16:00~18:00	(指)剣道 18:00~20:30	(公)弓道	(公)弓道	(公)弓道	22	水	
23	木	日中友好太極拳		北仙台空手	老壮年体操	全日本太極拳協会	極真同好会	(公)弓道			23	木	
24	金		(指)空手道 15:30~17:30	(指)少林寺拳法 18:00~20:30	太極拳剣愛好会仙台	(指)なぎなた 13:30~15:30 (指)剣道 16:00~18:00	(指)剣道 18:00~20:30	(指)弓道 14:30~17:00	(指)弓道 18:00~20:30		24	金	
25	土	草柔会	青葉道院 (少林寺拳法)	仙台市合気道教室	規定推手講習会(太極拳)			(指)弓道 中学生以上 9:30~12:00	(公)弓道	居合道愛好会	25	土	
26	日	合気道 真澄会	新極真会	泉親子空手サークル				(公)弓道	(公)弓道	(公)弓道	26	日	
27	月			(指)柔道(指)空手道 18:00~20:30	太極拳月曜クラブ	仙台レディース フォークダンスサークル	(指)少林寺拳法 18:00~20:30	(指)弓道 14:30~17:00	(公)弓道		27	月	
28	火	主婦の第一トレーニング		仙台中央道院 (少林寺拳法)	主婦のストレッチ体操	仙台フラワーズ	和道会仙台 スポーツ少年団	主婦の弓道同好会	(公)弓道	(公)弓道	28	火	
29	水		(指)柔道 15:30~17:30	(指)柔道(指)合気道 18:00~20:30		(指)太極拳 13:30~15:30 (指)剣道 16:00~18:00	(指)剣道 18:00~20:30	(公)弓道	(公)弓道	(公)弓道	29	水	
30	木			北仙台空手			極真会館宮城	(公)弓道			30	木	
31	金	主婦の体操同好会	(指)空手道 15:30~17:30	(指)少林寺拳法 18:00~20:30	太極拳愛好会仙台	(指)なぎなた 13:30~15:30 (指)剣道 16:00~18:00	(指)剣道 18:00~20:30	(指)弓道 14:30~17:00	(指)弓道 18:00~20:30		31	金	

仙台市武道館では**指導日に、師範の指導**が受けられます。日程をご確認のうえご参加ください！

観覧席より見学も可能です(\*^^)

小中学生 120円/回 高校生以上 240円/回

お気軽にご来館ください☆



## 柔道場・剣道場の(指)について

(指)・師範の指導による一般公開(指導日)です。  
対象 小学生以上

## 弓道場の(指)・(公)について

(指)・師範の指導による一般公開(指導日)です。  
対象 高校生以上(土曜日午前のみ中学生以上)



(公)・師範不在の一般公開です。  
対象 18歳以上の有段者(又は有段者が同伴する場合)

※一般公開日は、弓・矢等の道具は各自お持ちください。

【弓道下掛け(三つ指)】 窓口にて販売しております！

●値段 1枚 180円 ●サイズ 大/中/小

## 施設の予約方法

仙台市民利用予約システムや市民端末からお申込みいただけます。

●次年度の抽選申込

	対象月	申込期間	抽選日	結果発表	支払期間
全面	10月分	3月16日 ~31日	4月1日 自動抽選	4月2日 9:00	4月2日 ~9日
区分	7月分	3月16日 ~31日			

●空き申込み 4月2日 9:00~

## トレーニング室について

利用時間：9:00~21:00  
利用料金：一般 360円 / 中学生 180円



ご利用いただくには**トレーニング室利用者証**が必要です！！

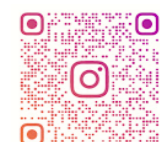
【中学生から18歳以下の方】  
講習会の受講が必要です。  
●講習会(定員5名/予約制)  
日時：日曜日14:00~約40分  
※運動可能な服装、室内用の運動靴、  
マスク、タオルをご準備ください。

【一般(19歳以上)の方】  
書面上での講習となります。  
●トレーニング室利用者証登録用紙記入  
(本人確認ができるものをご持参ください。)  
●事務室窓口にて、利用者証を発行いたします。

Instagramやってます (・v・)

①QRコードからフォロー！

②Instagramで「aobagym」検索！



注 ・(指)(公)は一般公開(使用料：小・中学生120円、一般240円)です。一般公開をご利用の方は道具を各自ご持参ください。(ス)はスポーツ教室です。(2月10日現在)  
・駐車場は1時間以内の場合は100円、1時間を超えた場合は30分増すごとに50円加算されます。(車高制限：2.1mで、駐車台数に限りがあります。来館は公共交通機関が便利です。)  
・行事予定状況は変更になる場合がありますので、確認のうえご利用ください。