



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		水曜会 (ソフトテニス)		仙台市民バドミントン同好会	1	水
2	木						仙台市民総体第39回仙台市ダンススポーツ選手権大会 (準備)	2	木
3	金	仙台市民総体第39回仙台市ダンススポーツ選手権大会						3	金
4	土	宮城県高体連総合体育大会 (バスケットボール仙塩地区予選)						4	土
5	日	宮城県武術太極拳連盟						5	日
6	月	一般公開 卓球・バドミントン		仙台悠遊ソフトテニスクラブ			一般社団法人89ERS アカデミー	6	月
7	火	スポセン卓球		AOB新体操クラブ			仙台市太極拳協会	7	火
8	水	仙台工科専門学校						8	水
9	木	仙台医療福祉専門学校第4回スポーツ・レクリエーションフェスタ2024						9	木
10	金	2024年度仙台市総体参加「太極拳の集い」						10	金
11	土	第61回仙台市民総合体育大会少林寺拳法大会						11	土
12	日	ピンポンくらぶ	スポセン卓球		戸田様 (ソフトテニス)	仙台悠遊ソフトテニスクラブ	一般公開 卓球・バレーボール	12	日
13	月	保守点検日 (休館日のため施設は利用できません。午後から全館停電のため窓口業務は9時から13時までとなります。)						13	月
14	火	黒松小学校運動会練習		AOB新体操クラブ			仙台市民バドミントン同好会	14	火
15	水	(ス)卓球・バドミントン 春①		水曜会 (ソフトテニス)			一般公開 バドミントン	15	水
16	木	黒松小学校運動会練習		さーくる社 (ソフトテニス)	戸田様 (ソフトテニス)		(ス)バドミントン (小中) 春①	16	木
17	金	レクリエーション交流大会						17	金
18	土	第32回宮城県・仙台市障害者スポーツ大会兼第26回宮城県・仙台市障害者卓球大会						18	土
19	日	黒松小学校運動会練習		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	一般公開 卓球・バレーボール	19	日
20	月	黒松小学校運動会練習		一般公開 バスケットボール			一般社団法人89ERS アカデミー	20	月
21	火	黒松小学校運動会練習		AOB新体操クラブ			仙台市太極拳協会	21	火
22	水	(ス)卓球・バドミントン 春②		さーくる社 (ソフトテニス)	水曜会 (ソフトテニス)		BCたいはく木曜会 (バドミントン) 榎本様 (バレーボール) 三井住友銀行東北拠点 (バレーボール)	22	水
23	木	黒松小学校運動会練習		黒松小学校運動会練習 (前日準備)			(ス)バドミントン (小中) 春②	23	木
24	金	令和6年度黒松小学校運動会						24	金
25	土	第56回少林寺拳法東北学生大会						25	土
26	日	ピンポンくらぶ	スポセン卓球		仙台市太極拳協会月曜クラブ		一般公開 バスケットボール	26	日
27	月	一般公開 卓球・バドミントン		仙台悠遊ソフトテニスクラブ			一般社団法人89ERS アカデミー	27	月
28	火	一般公開 バレーボール		AOB新体操クラブ			仙台市民バドミントン同好会	28	火
29	水	(ス)卓球・バドミントン 春③		さーくる社 (ソフトテニス)	水曜会 (ソフトテニス)		BCたいはく木曜会 (バドミントン) BEER'S(バドミントン)	29	水
30	木	第73回宮城県高等学校総合体育大会 剣道大会						30	木
31	金							31	金

(4月10日現在)

## スタジオプログラム2期参加者大募集!!



曜日	プログラム名	対象	定員	日程 (回数)	時間	受講料	申込期間	
月	エアロdeシェイプ	一般	各18名 (抽選)	6/17~8/19 (8回)	10:00~11:00	各5,600円	5/10~5/24締切	
	ピラティス				11:15~12:10			
	ファイティングシェイプ				19:00~19:50			
火	ピラティス&エクササイズ	一般	各15名 (抽選)	6/18~8/6 (8回)	11:20~12:10	各5,600円	5/10~5/24締切	
	いきいき健康寿命教室	60歳以上			13:30~14:30			
	リフレッシュヨガ	一般			19:15~20:15			
水	骨盤エクササイズ	一般	各18名 (抽選)	6/12~8/7 (8回)	13:10~14:00	各5,600円	5/10~5/24締切	
	ヨガ棒エクササイズ				14:10~15:00			
	ダンスフィットネス				19:10~20:10			
木	SALSATION®	一般	各18名 (抽選)	6/20~8/22 (8回)	10:00~11:00	各5,600円	5/10~5/24締切	
	バランスコーディネーション				11:20~12:10			
	スタイルアップ! 全身エクササイズ				19:30~20:30			
金	筋膜リリースヨガ	一般	各15名 (抽選)	6/14~8/2 (8回)	10:00~10:50	各5,600円	5/10~5/24締切	
	アロマヨガ				11:05~11:55			
	からだケアピラティス				6/14~8/9 (8回)			15:00~15:50
	18:40クラス アロマヨガ				6/14~8/2 (8回)			18:40~19:35
	19:45クラス アロマヨガ			19:45~20:40				
スポーツ教室	少林寺拳法	一般	40名 (抽選)	6/5~6/12 (6回)	18:30~20:30	4,200円	5/8~5/22締切	
	エンジョイ貯筋ピクス	小学生	18名 (抽選)	6/18~8/6 (8回)	10:00~10:50	5,600円	5/10~5/24締切	
	はじめてのキッズダンス教室	小学生	12名 (抽選)		17:30~18:20			

### ◆◆ 申込方法 ◆◆

●インターネット申込 締切日の23:59まで  
申込サイトはこちら↓

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

●往復ハガキ記入事項 締切日必着

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  
⑧ラケットの有無(卓球、バドミントン教室のみ)  
⑨弓道の経験の有無(弓道教室のみ)  
※往復はがきは1教室につき1枚必要です。

**予約不要** シニア健康エクササイズ(月曜日・水曜日開催)  
ストレッチ・筋トレ等を行います♪運動不足解消やリフレッシュに最適です★

開催日	月曜日	5月13日・20日・27日
	水曜日	5月8日・15日・22日・29日

対象:原則60歳以上の健康な方 時間:①9:20~10:30 ②10:50~12:00 ※①と②は同内容です。  
料 金:400円(券売機にて) 持ち物:運動できる服装、汗拭きタオル、飲み物(フタが閉まるもの)

### 停電のお知らせ

下記のとおり、全館停電予定のためお知らせいたします。  
●停電日時:令和6年5月14日(火)保守点検日 13時から17時(予定) ※窓口業務は9時から13時までとなります。

- (公)は一般公開です。(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。
- 競技場の専用使用の予約は使用日の2日前までです。左記以降は全て一般公開となりますので予めご了承願います。
- 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分毎に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、駐車場が大変混みあうことが予想されます。行事予定表中央の「駐車場混雑予想」を参考に交通手段を選択してください。
- 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。

# 本山製作所 仙台市武道館 令和6年5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		(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			北仙台空研JKD	老壮年体操					ZANSIN	2	木	
3	金	仙台市民総体第39回仙台市ダンススポーツ選手権大会										3	金
4	土	第36回仙台市スポーツ少年団空手道交流大会 (全空連ルール)	仙台市合気道教室	第36回仙台市スポーツ少年団空手道交流大会 (全空連ルール)	和道会仙台 (空手)	(公)弓道	(公)弓道	居合道愛好会	4	土			
5	日	合気道 真澄会				(公)弓道	(公)弓道	(公)弓道	5	日			
6	月	太極会仙台教室					(公)弓道	(公)弓道	(公)弓道	6	月		
7	火			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(空手)	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 (空手)	(公)弓道	ZANSIN	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	10	金		
11	土	草柔会	青葉道院 (少林寺拳法)	仙台市合気道教室	2024年度仙台市総体参加「太極拳の集い」	和道会仙台 (空手)	(指)弓道 中学生以上 9:30~12:00	仙台愛弓会	居合道愛好会	11	土		
12	日	合気道 真澄会	新極真会 (空手)	拳和会	2段1次対応講習会(太極拳)		(公)弓道	(公)弓道	ZANSIN	12	日		
13	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	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	保守点検日(休館日のため施設は利用できません。午後から全館停電のため窓口業務は9時から13時までとなります。)										14	火
15	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	15	水	
16	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		極真同好会 (空手)	(公)弓道	ZANSIN	16	木		
17	金	キッズスポーツデー	(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	17	金		
18	土	合気道 真澄会	青葉道院 (少林寺拳法)	仙台市合気道教室	仙台市剣道連盟 ジュニア強化練習会	ロコマイライ・フラ	和道会仙台 (空手)	(指)弓道 中学生以上 9:30~12:00	青葉区弓道協会	居合道愛好会	18	土	
19	日	仙台市空道協会昇進審査会			拳和会	3段1次対応講習会(太極拳)		仙台愛弓会	ZANSIN	19	日		
20	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	20	月		
21	火			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	21	火	
22	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	弓道教室①	22	水	
23	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 (空手)	(公)弓道	弓道教室②	23	木		
24	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	弓道教室③	24	金		
25	土	草柔会	青葉道院 (少林寺拳法)	仙台市合気道教室	仙台市剣道連盟中学生 部活動支援練習会	少年剣道クラブ	和道会仙台 (空手)	(指)弓道 中学生以上 9:30~12:00	仙台愛弓会	居合道愛好会	25	土	
26	日	合気道 真澄会	泉親子空手サークル	拳和会	中央地区級審査・県本部級審査(空手)		(公)弓道	(公)弓道	ZANSIN	26	日		
27	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	弓道教室④	27	月		
28	火			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	弓道教室⑤	28	火	
29	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	弓道教室⑥	29	水	
30	木	日中友好太極拳		北仙台空手	(公社)日本3B体操協会宮城支部	極真同好会 (空手)		(公)弓道	ZANSIN	30	木		
31	金	第73回宮城県高等学校総合体育大会 剣道大会										31	金

注 ・(指)(公)は右欄をご確認ください。※事前のご予約は不要。(ス)はスポーツ教室です。  
・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分毎に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。

(4月10日現在)

## 武道を習いたい方

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  
予約不要 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・矢等の道具を各自お持ちください。

☆弓道下掛け(三つ指)窓口で販売しております!

●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用端末からお申込みいただけます。

●今月の抽選申込

	対象月	申込期間	抽選日	結果発表	支払期間
全面	12月分	5月16日 ~31日	6月1日 自動抽選	6月2日 9:00	6月2日 ~9日
区分	9月分				

空き申込み 6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

※お得な回数券、トワイライト・パスもございます!!

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。(有料)  
●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、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。

