

出花体育館 令和8年4月号 行事予定表

		競技場			多目的室		
		午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00	午前	午後	夜間
1	水	Y・Cバドミントンサークル Aoneバドミントンクラブ	(公)卓球 (公)バレーボール	T.K76ERS			
2	木	木村 様	(公)バドミントン				
3	金	F-oneクラブ fools	さつき卓球愛好会	金曜会B.C	ピラティス &ストレッチ		アロマヨガ (金)
4	土	原小ファイターズ	WHIP	Big Flat	朝ヨガ	リズムミクカラテ クオレ	hale Aloha
5	日	BB倶楽部	New Beans	(公)バスケットボール			
6	月	高砂卓球クラブ ぶれいく	レヴァークスポーツ	GOATS			
7	火	シニア健康エクササイズ	ティティ会	ランダムズ			ダンススクール クルール
8	水	Aoneバドミントンクラブ	サッカーで遊ぼう	Ochame STA 白鷺		スマイルピラティス	アロマヨガ (水)
9	木		ヨガ教室	T.K76ERS			
10	金	F-oneクラブ fools	さつき卓球愛好会	金曜会B.C	ピラティス &ストレッチ		アロマヨガ (金)
11	土	カラフル Tanies. S	ATBC	プラネットクラブ	朝ヨガ		
12	日	泉BBC	New Beans	ホワイト・ウルブス	日本韓氏意拳学会宮城分館		
13	月	保守点検日 施設の利用はできません。窓口業務は17:00まで行っております。					
14	火	シニア健康エクササイズ	ティティ会	ランダムズ			ダンススクール クルール
15	水	Y・Cバドミントンサークル Aoneバドミントンクラブ	サッカーで遊ぼう	高砂ジュニア卓球クラブ Ochame		スマイルピラティス	アロマヨガ (水)
16	木	fools	ヨガ教室				
17	金	F-oneクラブ	さつき卓球愛好会	セブンイレブンジャパン	ピラティス &ストレッチ		アロマヨガ (金)
18	土	セブンイレブンジャパン	Ochame	ホワイト・ウルブス	朝ヨガ	リズムミクカラテ クオレ	hale Aloha
19	日	JMJIX多賀城		木村 様	田中 様		
20	月	高砂卓球クラブ	レヴァークスポーツ	GOATS			
21	火	シニア健康エクササイズ	ティティ会	ランダムズ			ダンススクール クルール
22	水	Y・Cバドミントンサークル Aoneバドミントンクラブ	サッカーで遊ぼう	(公)バドミントン		スマイルピラティス	アロマヨガ (水)
23	木	fools	ヨガ教室	Ochame			
24	金	F-oneクラブ パニース	さつき卓球愛好会		ピラティス &ストレッチ		アロマヨガ (金)
25	土	泉卓友会	Ochame Tanies. S	Big Flat	朝ヨガ	リズムミクカラテ クオレ	
26	日	宮城クローバース	New Beans	おるんちよ			
27	月	高砂卓球クラブ	レヴァークスポーツ	(公)バスケットボール			
28	火	シニア健康エクササイズ	ティティ会	ランダムズ			ダンススクール クルール
29	水	スポーツデポ仙台泉		Tanies. S			
30	木	(公)卓球 (公)バレーボール	Enjoyクラブ	EnableスポーツクラブU-12			

令和8年3月10日現在

【一般公開について】 料金：一般（高校生以上）240円 / 小中学生120円

☆「(公)種目」は、記載の会場・時間・種目のみご利用になれます。予約制ではありませんので、譲り合いながらご利用ください。

☆空欄部分について、一週間までに専用使用の申し込みが無ければ、一般公開を設定いたします。

☆一般公開に使用できるお得な回数券、レンタル物品（有料）については、事務室窓口でお申し出ください。

【回数券：一般2,400円、小中1,200円（11枚綴り）】

出花体育館 令和8年4月のお知らせ

令和8年度春4～5月開催中のプログラム空き申込受付中

教室名	曜日	定員	日程・時間	申込方法
サッカーで遊ぼう ①年中・年長クラス ②小1～3年クラスは空き状況をご確認ください。 ☆初めてのスポーツ教室としても安心して参加できるプログラムになっております！	水	20名	①15:30～16:20 (各6回: 4,200円) 4/8, 4/15, 4/22, 5/13, 5/20, 5/27	令和8年度スポーツ教室 春のポイント 10倍キャンペーン 4月30(木)まで ①初回日前日まではインターネットからお申し込みください。 ▼申込サイトはこちらから▼  ②2回目日以降の申込について空きがあれば随時ご案内いたします。 【お問い合わせ】 出花体育館 ☎022-786-3446
スマイルピラティス ☆初心者やシニアの方にも優しい内容です。無理なく自分のペースで体幹を鍛えていきましょう。	水	13名	14:00～15:00 (6回: 4,200円) 4/8, 4/15, 4/22, 5/13, 5/20, 5/27	
朝のリフレッシュヨガ ☆土曜日開催☆ 平日の参加が難しい、週末にリフレッシュしたい！皆さまのご要望にお応えしたプログラムです♪	土	13名	9:30～10:30 (7回4,900円) 4/4, 4/11, 4/18, 4/25 5/9, 5/23, 6/6	

●○当日受付プログラム○● 事前予約不要！

教室名	開催日	料金
シニア健康エクササイズ 10:00～11:00	3/24 4/7, 4/14, 4/21, 4/28	400円/回
楽しく体を動かして、加齢とともに低下した運動機能を高めるエクササイズです。継続することで元気な体作りを目指しましょう！ 5回に1回無料になるサービス特典もありますので、お気軽にご参加ください♪		



出花体育館
公式Instagram

プログラムや
一般公開の最新情報
更新中です★



仙台市出花体育館

仙台市宮城野区出花1丁目13-7

TEL022-786-3446

URL: <https://www.spf-sendai.jp/ideka/>

