

7/17 現在		第1競技場			第2競技場			温水プール					月~土曜日 9:30 ~ 21:00 日・祝日 9:30 ~ 20:00					秋短期スポーツプログラム 申込期間: 7/14(金)~8/11(金)										
日	曜日	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)	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21									
1	火	第11回カルスボ杯卓球大会			TSCバスケットボールアカデミー(1/3面) ※	リパティ卓球	レヴァークススポーツ	(公)ミニテニス													やさしいエアロ(月・午後)							
2	水	全国専門学校バレーボール選手権大会																		対象	時間	定員	受講料					
3	木																			一般	13:30~14:20	16	5,600円					
4	金																			開催日程(全8回)								
5	土																			10/2・16・23・30・11/6・13・27・12/4								
6	日																			太白区・若林区学区民バレーボール大会 (公)バレーボール				太白区・若林区学区民バレーボール大会		スクールハーツ		
7	月	聖ウルスラ学院英智高等学校吹奏楽部			コラゾン西多賀			※												対象	時間	定員	受講料					
8	火				(公)卓球	レヴァークススポーツ	宮城MAX												高校生以上	19:00~20:00	49	7,000円						
9	水				(公)バレーボール	レヴァークススポーツ	(公)卓球												開催日程(全10回)									
10	木				(公)バスケットボール	Rough			(公)バレーボール												9/19・26・10/3・17・24・31・11/7・14・28・12/5							
11	金	第59回仙台市民総合体育大会			宮城県バスケットボール協会 成年男子			(公)卓球												チャレンジアップエアロ(水・午前)								
12	土	ハンドボール競技			宮城MAX		※ (公)卓球(1/2面)		プラネッツクラブ												対象	時間	定員	受講料				
13	日	オリエンタルコンサルタンツ卓球部(1/3面) ※ (公)バウンドテニス(1/3面)	大塚様(1/3面) ※ (公)ミニテニス(1/3面)	スポーツクラブ(1/3面) (公)卓球(2/3面)	宮城県バスケットボール協会 成年男子			※ (公)ミニテニス(1/2面)												一般	10:00~10:50	16	7,000円					
14	月	聖ウルスラ学院英智高等学校吹奏楽部			※			(公)ミニテニス(1/2面)		(公)卓球(1/2面)		(公)バレーボール												開催日程(全10回)				
15	火							※			※		※												9/20・27・10/4・11・18・25・11/8・22・29・12/6			
16	水							※ せんだい文科系バスケット(1/3面)			バタフライ講習会 兼 タマチジュニアマッチ		仙台89ERS U-18												Body make YOGA(木・午前)			
17	木	仙台青陵中等教育学校吹奏楽部			宮城県多賀城高等学校吹奏楽部		※ (公)ダンス(1/2面)		※ (公)ミニテニス(1/2面)		仙台89ERSバスケットボールスクール												対象	時間	定員	受講料		
18	金	第一学院仙台校(1/3面) (公)バドミントン(2/3面)	常盤木学園高等学校			リパティ卓球		ライジエ(太白ジュニア)												一般	11:20~12:20	49	5,600円					
19	土	第20回宮城野オープン団体卓球大会			仙台アルビオン			ライジエ(太白ジュニア)												開催日程(全8回)								
20	日	第60回仙台市民総体ソフトバレーボール大会			仙台アルビオン			レヴァークススポーツ	※												9/14・21・10/5・12・26・11/2・9・30							
21	月	仙台シニアリーグ卓球大会		常盤木学園高等学校		リパティ卓球		キッズラビット		スクールハーツ												かんたんエレガント♪バレトン(金・午前)						
22	火	第一学院仙台校(1/3面) (公)卓球(2/3面)	レヴァークススポーツ(1/3面) (公)バスケットボール(2/3面)		聖ウルスラ学院英智高等学校			コラゾン西多賀		宮城MAX												対象	時間	定員	受講料			
23	水	第72回全国高等学校PTA連合会大会宮城大会																		一般	11:20~12:20	16	7,000円					
24	木																			開催日程(全10回)								
25	金																			9/15・22・29・10/6・13・20・11/10・24・12/1・8								
26	土	第30回仙台市カップ小学生バスケットボール大会																		脂肪燃焼&リラックス(金・夜間)								
27	日																			対象	時間	定員	受講料					
28	月	保守点検日 ※休館日のため施設利用はできませんが、予約受付等の窓口業務は行います。(9:00~17:00)																		高校生以上	19:00~20:00	16	7,000円					
29	火	(公)バスケットボール	レヴァークススポーツ(1/3面) (公)フットサル(2/3面)		聖ウルスラ学院英智高等学校		リパティ卓球		(公)卓球		TSCバスケットボールアカデミー												開催日程(全10回)					
30	水	(公)ソフトテニス		錦ヶ丘中学校吹奏楽部親の会		(公)卓球		レヴァークススポーツ		仙台89ERS U-18												9/15・22・29・10/6・13・20・11/10・24・12/1・8						
31	木	(公)硬式テニス		(公)バドミントン		聖ウルスラ学院英智高等学校		(公)バレーボール		ニュートラル(1/2面) (公)ダンス(1/2面)		仙台89ERSバスケットボールスクール												\詳しい詳細は裏面をご覧ください/\				



※の箇所は一週間前まで予約を受付いたします。申し込みのない場合は【一般公開】となります。種目等は当館までお問い合わせください。大会等につきまして日程の変更や中止になる場合があります。必ず事前に各問合せ先にご確認ください。

重要なお知らせ【夏季供用時間延長について】

<p>【温水プール】 期間:7/1(土)~8/31(木)毎日 利用時間:月~土曜日 9:30~21:00まで 日・祝祭日 9:30~20:00まで</p>	<p>【トレーニング室・軽運動場】 期間:7/1(土)~9/30(土) 火曜日・木曜日・土曜日のみ(祝日含む) 閉館時間:21:00→22:00まで</p>
--	---

ベビー系クラス

各クラス開催2週間前から先着順にて受付開始
必ず会員登録が必要です。①会員登録(ネット)→②お申込み

<p>必要事項 【1】氏名(ふりがな) 【2】メールアドレス 【3】電話番号(緊急連絡先) 【4】生年月日(西暦) 【5】年齢 【6】性別 【7】郵便番号 【8】住所 【9】備考 ※【1】【4】【5】【6】は保護者の情報を入力。 ※【9】に参加するお子様の家族登録が必要です。 赤ちゃんヨガ&マッサージをお申し込みの方はアレルギーの有無(ある場合は原材料名)を入力。</p>	<p>インターネット のみで申込受付→</p> 
<p>注意事項 ・ドメイン解除(@spf-sendai.payhub.jp)をお願いします。 ・入力途中に満員になると、「申込数が定員に達しました」と表示されます。 ・空きが出た場合、申込画面からお申込みができます。 ・申込が完了すると返信メールが届きます。マイページの詳細欄に当日の流れについて記載がありますので必ずご確認ください。</p>	

ベビー系クラス8月はお休みです。9月は開催いたします。

～ふれあい遊び～ チャイルドヨガ(水・午前)	産後バランスボールエクササイズ (木・午前)	産後ママヨガ(木・午前)	赤ちゃんヨガ& マッサージ(金・午前)
<p>定員:8組(先着順) 時間:10:00~10:50 会場:体力測定室(スタジオ) 対象:1歳~3歳までのお子様と保護者 料金:800円 講師:大橋香朱美</p>	<p>定員:8組(先着順) 時間:11:20~12:10 会場:体力測定室(スタジオ) 対象:生後2ヶ月~8ヶ月の お子様と保護者 料金:800円 講師:田村麻利子</p>	<p>定員:8組(先着順) 時間:11:20~12:10 会場:体力測定室(スタジオ) 対象:生後2ヶ月~8ヶ月の お子様と保護者 料金:800円 講師:田村麻利子</p>	<p>定員:8組(先着順) 時間:10:00~10:50 会場:体力測定室(スタジオ) 対象:生後2ヶ月~就園前の お子様と保護者 料金:800円 講師:大橋香朱美</p>
<p>あんよができるようになった お子様からご参加いただけます♪ 親子で触れ合って身体を動かします◎ お子様の体力づくり、健康の維持だけでなく自分の身体の動きを知り、真似をしようとする時間になります。 ママやお友達と一緒に行うことでコミュニケーションや向上心も芽生えます。</p>	<p>楽しくボールで弾んでリフレッシュ♪ 産後の鬱々感やマイナートラブルも緩和できるので、心身のメンテナンスにおすすめ。 短時間で効果的な有酸素運動やエクササイズ、クラス後半はボールに身を委ねてゆったりとできるリラクゼーションタイムを過ごしましょう◎</p>	<p>ママヨガでは、無理のない動きで産後のマイナートラブルの解消、また心が落ち着き、育児ストレスの緩和や赤ちゃんとの繋がりを深めることができます。赤ちゃんの様子に合わせてベビーヨガや親子ヨガも行っています。</p>	<p>お母さんと赤ちゃんのふれあい遊びや、ヨガで産後の体を整えます。 オイルを使っていつものとはちがうスキンシップが取れるベビーマッサージも行います。優しく赤ちゃんに触れながら、自分も癒せる時間を過ごしましょう♪</p>

事前予約制 電話または窓口にて受付いたします！ **当日型スポーツプログラム空きクラスについて**

令和5年4月から令和6年3月の1年間を通して開催するプログラムです。開催日に券売機にて当日分のチケットを購入してください。ポイントカードは引き続きご利用いただけます。無料回はチケットを購入せずにご参加ください。休会はできませんので、1ヶ月程度お休みが続く場合は退会をお願いします。5月15日の空き状況です。変動している場合があります。

プログラム名	対象	時間	定員	受講料	9月開催日程	6回ごとに無料サービスの参加特典があります♪			
週いち! アクア(月・午前)①	一般	①10:10~11:00	各20	700円/回	4・11・25	 5回ごとに無料サービスの参加特典があります♪			
週いち! アクア(月・午前)②		②11:10~12:00					5・12・19・26		
週いち! アクア(火・午後)		13:00~13:50			13・20・27				
サーキットアクア(水・午前)		11:20~12:00							
ダンスアクア(水・午後)		13:00~13:40							
週いち! アクア(金・午後)		13:00~13:50			15・22・29				
週いち! 健康エクササイズ(火・午前)		9:45~10:35					96		
週いち! キッズ(火・午後)		小学生			17:30~18:20			35	12・19
シニア健康エクササイズ(水・午前)①		おおむね60歳以上			①9:30~10:30		各96		
シニア健康エクササイズ(水・午前)②					②11:00~12:00				
サーキットアクア(水・午前)			ダンスアクア(水・午後)						
有酸素運動と筋力トレーニングを交互に行うインターバルトレーニングです。ジョギングやジャンプなどの様々な動きを繰り返し、休息を取りながら心肺機能向上を高めます。			アクアピクスにダンス要素を取り入れたエクササイズ♪水の特性である『浮力』『抵抗』『水圧』『水温』を十分に活かし、心肺機能を高め血液循環の向上や脂肪燃焼を図ります。						

行事予定表


令和5年度 秋短期スポーツプログラム

申込期間:7/14(金)~8/11(金)

プログラム名	対象	日程(回数)	時間	定員	受講料	締切	
キッズスイミング4・5歳児(月・午後) ※1	4・5歳児	9/11~12/4 (10)	16:00~16:50	各20	¥12,000		
キッズスイミング1・2年生(月・午後)	小学1・2年生		17:00~17:50				
キッズスイミング3・4年生(火・午後)	小学3・4年生	9/26~12/12 (10)	17:00~18:00	各10			
キッズスイミング3・4年生(木・午後)	小学3・4年生	9/21~12/7 (10)	17:00~18:00	各10			
キッズスイミング4・5歳児(金・午後) ※1	4・5歳児	9/22~12/15 (10)	16:00~16:50	各20			
キッズスイミング1・2年生(金・午後)	小学1・2年生		17:00~17:50				
親子ピクス(火・午前) ※2	親子	9/12~12/5 (10)	11:10~12:00	8組			¥7,000
はじめてのキッズヒップホップ(水・午後) ※1	4・5歳児	9/27~12/6 (10)	16:00~16:45	15			¥8,000
はじめてのジュニアヒップホップ(水・午後)	小学生		17:00~18:00	16			
ちびっ子体操4・5歳児(木・午後) ※1	4・5歳児	9/21~12/7 (8)	16:00~16:50	各30			¥6,000
ちびっ子体操1~3年生(木・午後)	小学1~3年生		17:00~17:50				
はじめてのピラティス(月・午前)	一般	10/2~12/4 (8)	10:00~10:50	15	¥5,600		
骨盤エクササイズ(月・午前)			11:05~11:55	14			
やさしいエアロ(月・午後)			13:30~14:20	16			
SALSATION®(火・午前)			9/12~12/19 (10)	11:15~12:15		30	
ストレッチポール&疲労回復ゆったりヨガ(火・夜間)	高校生以上	9/19~12/5 (10)	19:00~20:00	15	¥7,000		
心と体が整うヨガ(火・夜間)	49						
チャレンジアップエアロ(水・午前)	一般	9/20~12/6 (10)	10:00~10:50	16			
女性のためのアロマヨガ(水・夜間)	高校生以上の女性	9/27~12/6 (10)	19:00~20:00	16	¥7,000		
佐藤あり紗のバレーボール教室(木・午前)	一般女性	9/14~11/30 (8)	9:00~11:00	30	¥8,000		
バランスボール&ストレッチポールエクササイズ(木・午前)	一般	9/14~12/7 (10)	10:00~11:00	14	¥7,000		
Body Make YOGA(木・午前)			9/14~11/30 (8)	11:20~12:20		49	
ビギナーマットピラティス(木・午後)			9/21~11/30 (8)	13:15~14:15		16	
ボクシングピクス(木・夜間)	高校生以上	10/12~12/21 (8)	19:00~20:00	16	¥5,600		
ストレッチ&バレトン(木・夜間)				9/21~12/7 (8)		19:00~20:00	30
基礎・楽々クローラークラス(木・午前)	一般	9/14~12/7 (10)	10:30~11:30	各10	¥12,000		
ステップアップクラス \プールクラス/(木・午前)			11:40~12:40				
レベルアップクラス \プールクラス/(金・午前)			9/15~12/8 (10)			10:15~11:15	
ZUMBA(金・午前)			9/15~12/8 (10)			11:10~12:00	16
かんたんエレガント♪バレトン(金・午前)						11:20~12:20	16
～肩こり腰痛予防に～モビバンエクササイズ(金・午後)						13:30~14:30	16
脂肪燃焼&リラックス(金・夜間)	高校生以上	19:00~20:00	16	¥7,000			

※1 対象→【4歳児】2018年4月2日~2019年4月1日 【5歳児】2017年4月2日~2018年4月1日
※2 親子ピクス(火・午前) 対象→クラス開催期間中に1歳6ヶ月~3歳までに該当するお子様と保護者

申込方法

<p>①インターネット 当館HP『プログラムサーチ』を開く ★QRコードからもアクセス可能! ②会員登録・必要事項を入力後、希望教室選択 ※複数申込可 ③このメールアドレスを受信できるように設定してください。 (自動返信メールが届きます) ※ドメイン (@spf-sendai.payhub.jp) 解除 締切日の23:59までの受付となります。</p> 	<p>②窓口 返信ハガキをお持ちのうえ、カメイアリーナ仙台までお越しください。 ※締切日19:30までにご来館ください。 こちらの必要事項は、窓口にお越しの際にご記入していただきます。 【1】希望プログラム名【2】参加者氏名(ふりがな)※小学生以下は保護者氏名も記入 【3】郵便番号【4】住所【5】電話番号(本人以外の緊急連絡先もご記入ください) 【6】生年月日(西暦) ※対象が小学生のプログラムは、【6】の項目に加えて学校名・学年・組も記入 幼児のプログラムは、【6】に加えて幼稚園名・組も記入 ※親子ピクスは【2】と【6】の項目に保護者と子どもの情報をそれぞれ記入</p>
--	--

8/11(金)
①インターネット
23:59まで
②窓口
19:30まで

