

# 菊池市総合体育館



平成23年5月26日にトレーニングルーム内、トレーニング機器の一部入替えを行いました。是非ご利用ください。

## 回数券販売開始

平成23年12月1日より、  
トレーニングルーム回数券  
(11枚綴り)¥2,000-  
教室プログラム回数券  
(11枚綴り)¥5,000-  
にて販売いたします。

## 入湯割引券

平成23年12月1日より、当施設利用領収書を  
菊池温泉旅館加盟店に持参いただくと  
入湯料500円⇒300円に割引  
になります。  
※但し、商品購入領収書では  
ご利用いただけません。

2月29日～3月7日の期間中、小惑星探査機「はやぶさ」展示会に伴い、  
トレーニングルーム及び教室プログラムのご利用はできません。

菊池市総合体育館は、(株)東京ドームスポーツが指定管理者として管理・  
運営する総合スポーツ施設です。  
菊池市市民の皆様はもちろんですが、市外の皆様もご自由にご利用いた  
だけます。

2012年 1月～3月

冬号

指定管理者 (株)東京ドームスポーツ

〒861-1308

熊本県菊池市亘538-2

TEL 0968-25-3001

FAX 0968-24-6177

ホームページ

<http://www.shisetsu.jp/city.kikuchi.kumamoto/sogo-taiikukan/>

1月予定	行事名	場所
7～8日	県下高校学年別剣道選手権大会	全館
9日	指定管理者 主催事業 体育館個人開放	全館
14～16日	菊池市消防団 準備&出初式	全館
20～21日	菊池ふるさとかるた 準備&大会	全館
21～22日	熊本県高等学校新人空手大会	メイン
22日	菊池高等学校剣道部	サブ
28日	バドミントン大会	メイン
28日	北宮杯ミニバレー大会	メイン
29日	バドミントン大会	メイン

2月予定	行事名	場所
4～5日	菊池温泉カップ'12 男子大会	全館
11日	城北小学生バドミントン大会	メイン
11日	北宮杯ミニバレー大会	メイン
12日	菊池市民スポレク祭	全館
17～19日	白龍旗剣道大会 準備&大会	全館
25～26日	第4回菊池白龍杯空手道大会 準備&大会	メイン
26日	会長杯争奪卓球大会	サブ
29日	小惑星探査機「はやぶさ」帰還カプセル展示in菊池 準備	全館

3月予定	行事名	場所
2～6日	小惑星探査機「はやぶさ」帰還カプセル展示in菊池	全館
10日	菊池市南中学校バドミントン部	全館
10日	北宮杯ミニバレー大会	全館
11日	菊池温泉カップ'12 女子大会	全館
20日	菊池市桜祭り中学バレーボール大会	メイン

- ・予定は変更する場合がございます。
- ・行事予定は菊池市総合体育館ホームページにも掲載されてます。
- ・お気軽にお問い合わせください。

## 指定管理者主催イベントのお知らせ

### 成人の日 体育館個人利用開放

期 日：平成24年1月9日(月)  
 時 間：9:00～22:00まで  
 料 金：一人 210円 ※時間無制限  
 ※無料レンタル有り  
 種 目：バスケットボール×1面  
 バドミントン×6面、卓球×6台  
 注 意：一度退館されますと再度、料金を徴収いたします。  
 共同利用となりますので譲り合ってください。  
 レンタル備品には限りがございます。

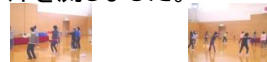
### 教室プログラムお試し体験会

期 日：平成24年2月25日(土)  
 料 金：各200円 ※参加賞付  
 申込開始：平成24年1月17日(火)～電話申込開始

1部  
 受付開始 10:30～  
 エアロビクス  
 11:00～12:00  
 定員 30名

2部  
 受付開始 13:00～  
 ZUMBA GOLD  
 13:30～14:30  
 定員 30名

平成23年12月17日(土)に指定管理者 (株)東京ドームスポーツ主催による教室プログラムお試し体験会を開催いたしました。はじめて太極拳、ZUMBAの2教室を行ない総勢20名の方にご参加いただき、誠にありがとうございました。参加賞の飲料水を飲みながら気持ちのいい汗を流しました。またのご参加お待ちしております。



# 指定管理者 主催事業案内

## 教室プログラム

平成24年1月～

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	内容
9:00	休館日							<b>ポール&amp;ストレッチ</b> ゆったりとしたリズムの中でポールを使い肩・腰まわりを中心にストレッチしていくクラス (定員15名)
10:00		10:00～11:00 はじめての太極拳						
11:00					NEW			<b>腰痛予防EX</b> ゆったりとしたリズムの中でストレッチや簡単な動きで予防を行なうクラス
12:00		11:30～12:30 STEP	11:30～12:30 ポール&ストレッチ		11:30～12:30 ZUMBA GOLD	11:30～12:30 リフレッシュヨガ		
13:00		13:00～14:00 アロマヨガ	13:00～14:00 パワーヨガ		13:00～14:00 腰痛予防EX	13:00～14:00 フリープログラム		<b>アロマヨガ</b> アロマを使い嗅覚からの作用で心と体をリラックスさせながらポーズをとりホルモンバランスや免疫力を安定させるクラス
14:00								<b>リフレッシュヨガ</b> やさしいポーズをとりながら呼吸を整え瞑想の世界で心身ともにリフレッシュをはかるクラス
15:00								
16:00								
17:00								<b>パワーヨガ</b> 筋肉を引き締め美しいボディーラインを目指すクラス
18:00								
19:00		NEW						<b>はじめて太極拳</b> ゆったりとした無理のない動きで健康維持をはかるクラス
20:00		19:30～20:30 ZUMBA	19:30～20:30 バラエティーEX		19:30～20:30 パワーヨガ			<b>バラエティーEX</b> 自重や道具を使い筋力アップを目的としたクラス (定員15名)
21:00								<b>STEP</b> ステップ台を使いながらエアロビクスを行なうクラス
22:00								<b>ZUMBA GOLD</b> <b>ZUMBA</b> ラテンを中心とした世界中のリズムを取り入れて創造されたダンスを年齢にかかわらず誰でもが簡単に行なうことができるようデザインされたクラス
								<b>フリープログラム</b> 各週内容を変えながら行なうクラス 1・3週目＝はじめてエアロ 2・4週目＝STEP 5週目＝ボディーシェイプ

### 【利用料金】

- 1回 500円 (1クラス) ※発券当日のみ有効
- 回数券 5,000円 (11枚綴り) ※購入日より3ヶ月間有効
- 1ヶ月定期券 4,000円 (申し込み日より30日間有効)
- 3ヶ月定期券 10,000円 (申し込み日より90日間有効)

※教室プログラム定期券は、全ての教室プログラムにご参加いただけます。  
※定員があるクラスは道具(ストレッチポール・バランスボール)を持参していただければ定員に限りはございません。

- ※ご利用は、16歳以上(高校生以上)となります。
- ※当日、先着順となります。
- ※途中入場は、固くお断りいたします。
- ※室内用シューズ・汗拭きタオル・飲料水(蓋付のもの)をご用意ください。
- ※定期券を忘れた場合及び紛失された場合は、利用券をご購入の上、ご利用ください。尚、定期券を紛失された場合、再発行はいたしません。予めご了承ください。

詳しいプログラム内容はホームページでもご覧いただけます。

### 体育館・個人利用

お一人様 2時間 210円  
延長 1時間 100円

卓球・バドミントン・バスケットボール・武道・ダンス等で使用できます。  
※使用料、照明料、備品レンタル料を含みます。(レンタルシューズ代は別途必要)  
※個人利用の場合は準備、かたづけの必要はありません。

卓球ラケット・ボール・バドミントンラケット・シャトル・バスケットボールの無料レンタル有ります。  
(※数に限りがございます。)

レンタルシューズ 100円もありますので手ブラでもご利用いただけます。

# 菊池市教育委員会 社会体育課よりお知らせ

菊池市教育委員会 社会体育課では菊池市亙にありますがテニスコート及び多目的グラウンドの貸出しを行なっております。市内・市外問わずどなたでも利用することが可能です。  
また、ニュースポーツ備品等も貸出ししておりますのでご利用ください。

詳しくは菊池市教育委員会 社会体育課まで TEL0968-25-7234

## テニスコート・多目的グラウンド利用申請について

- ①平日の申請は菊池市教育委員会 社会体育課へ17時までに申請を行なってください。
- ②平日17時以降の申請及び土日の申請は菊池市総合体育館で行なってください。
- ③所定の申請書に記入し料金を添えてお申込みください。
- ④テニスコート入口の鍵及び照明コインの貸出しは管理人まで申出てください。

《申請時に必要なもの》 ・印鑑 ・使用料

## 備品借用申請について

- ①菊池市役所 第2庁舎1階へ17時までに申請を行なってください。  
※借用申請書の提示がないと貸出すことができません。  
※備品の貸出しは菊池市総合体育館にて行ないますので備品借用申請書を持参のうえ受付に提出してください。

※備品の引渡し時間及び返却時間は9時～21時までとなります。  
期日・時間をお守りいただき個数等を事前に確認のうえ返却をお願いいたします。

休館日 月曜日 ※月曜日が祝日の場合、翌日休館日となります。

## 菊池市教育委員会 社会体育課 主催事業

詳しくは菊池市教育委員会 社会体育課まで TEL 0968-25-7234

### 第40回 旭志元旦マラソン大会

期 日：平成24年1月1日(日)  
場 所：旭志総合支所  
時 間：午前 9時30分 受付  
午前10時00分 開会式  
コ ー ス：3kmコース  
7kmコース  
参加料：100円 (中学生以下)  
200円 (高校・一般)

### 第7回 菊池市民スポレク祭

期 日：平成24年2月12日(日)  
時 間：午後9時00分 開会  
午前9時30分 競技開始  
場 所：菊池市総合体育館  
競技種目：ドッチビー、カローリング、ミニバレー  
参加料：100円/1人  
参加資格：菊池市に在住・在勤の方

### 地域一周駅伝大会

#### 《七城・旭志地域》

期 日：平成24年1月22日(日)

#### 《泗水地域》

期 日：平成24年2月5日(日)

#### 《菊池地域》

期 日：平成24年2月26日(日)

### 第57回 熊日菊池桜マラソン大会

期 日：平成24年4月1日(日)  
場 所：菊池市体育センター  
菊池市民広場 スタート  
コ ー ス：ハーフコース  
10kmコース  
5kmコース  
3kmコース  
参加費：高校生以上 3,000円  
小・中学校 1,000円