



ケヤキ8月号



令和8年 8月 1日
名東スポーツセンター発行

夏本番を迎え、日差しのまぶしい季節となりました。熱中症に気を付けながら、元気いっぱいスポーツを楽しみましょう。身体を動かしたくなったら、名東スポーツセンターのトレーニング室や競技場等をぜひご利用ください！
8月は暑さが続くため、プールが快適です(^ ^)/ 皆様のご来館を心よりお待ちしております。



今後の状況によっては開催の有無・時間に変更がある場合があります。詳しくは当センターへお問合せ下さい。

事業名	開催日(曜)	時間	対象	費用	受付等
初中級 エアロビクスレスタイム	8/12.26 (水)	18:50~19:45 (第2競技場)	中学生以上 * 50名	300円/回	18:30~先着 1階窓口
水曜ナイトヨガ	8/12.26 (水)	19:55~20:50 (第2競技場)	中学生以上 * 50名	300円/回	19:35~先着 (エアロLTとセットは18:30~) 1階窓口
ナイトヨガ☆リラクスタイム	8/8.29 (土)	19:00~20:15 (第2競技場)	中学生以上 * 50名	300円/回	18:40~先着 1階窓口
♪気軽に楽しく水中エアロ♪ “脂肪燃焼タイム”	お休み	19:00~20:00 (屋内プール)	中学生以上20名	660円/回	18:40~先着 1階窓口 (時間外に遊泳される場合は別途入場料が必要です)
みんなのスポーツ (バドミントン・卓球・モルック・ポッチャ)	お休み	9:30~11:30 (第1競技場)	一般 * 70名	300円/回 (各自ラケット、ボール ご持参ください)	9:10~先着 1階窓口
水中ウォーキング&エクササイズ ワンポイントアドバイス	お休み	温水プール	プール利用者 1回10名程度	プール利用料金	開催時間から フリーコースプールサイド

《NESPA Day月曜日開催事業》

ZUMBA® (9時10分開始/10時15分開始)	8/10.24 (月)	9:10~10:00 10:15~11:05 (第2競技場)	一般 * 50名	400円/回	8:50~先着(1F窓口) 9:55~先着(1F窓口)
のびらく健康「棒びくす®」	8/10.24 (月)	10:30~11:45 (軽運動室)	一般 * 30名	400円/回	10:10~先着 1階窓口
初めてのフラダンス	8/10.24 (月)	12:30~13:30 (軽運動室)	一般 * 30名	400円/回	12:10~先着 1階窓口
フラダンス	8/10.24 (月)	13:45~14:45 (軽運動室)	一般 * 30名	400円/回	13:25~先着 1階窓口
卓球広場 (各自ラケット、ボールご持参ください)	8/10 (月)	12:30~14:30 (第1競技場)	一般 * 40名	300円/回	12:10~先着 1階窓口
Let's ボディメイク	8/10.24 (月)	19:20~20:20 (第2競技場)	中学生以上 * 50名	400円/回	19:00~先着 1階窓口

8月24日(月)スポーツフェスタin名東

下記の講座申込受付中です！(窓口・電話にて予約受付します)定員になり次第締め切ります。

★自衛隊体験会(第2競技場)

13:00~15:00 中学生以上対象 先着50名 参加無料

★飛べ！クラフト飛行機(第1競技場)

16:00~18:00 小学生とその保護者対象 先着20名 参加料100円

★女性のための護身術体験会(軽運動室)

18:30~20:30 一般女性対象 先着20名 参加無料

★スナッグゴルフ(第1競技場)

18:30~20:00 小学生とその保護者対象 先着20名 参加料300円

★自重トレーニング体験(軽運動室)

16:00~17:30 中学生以上対象 先着30名 参加無料

上記講座以外にも1Fロビーにてモルック・ポッチャ・TANO体験、血管年齢・体組成測定行っています。

是非名東スポーツセンターに遊びに来てください♪ 詳細は名東スポーツセンターHPをご覧ください。

名古屋市名東スポーツセンター

BLOG配信中

〒465-0067

名東区猪高町大字高針字勢子坊307-12

Tel (052)705-4948 Fax (052)705-4952



《お出かけは公共交通機関で！》

駐車場は180台あります(30分以上有料)が、限りがあります。

なるべく公共交通機関でお越しください。

地下鉄東山線「本郷」から市バス「障害者スポーツセンター」下車
徒歩5分

地下鉄鶴舞線「平針」から市バス「高針台中学」下車徒歩5分

「土・日・祝」は大会のため特に駐車場の混雑が予想されますので
ご注意ください。

※この印刷物は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。