

空手道

秀練会

空手の稽古における基本運動(基礎体力の増進)から、護身の動作など体全体の筋肉を作った運動により健康、体力の維持、増進を目指して年齢に応じたトレーニングを行っています。格闘技に興味のある方、護身術とか身に付けたいと考えている方、男女を問わず会員を募集していますので、一度見学に来てください。

| | | | |
|---------|------------------------|-----|----|
| 活動場所 | 岩沼西コミュニティセンター | | |
| 活動日時 | 毎週木曜日 19:00~21:00 | | |
| 連絡先 | 村上 和弘 | | |
| | ☎0223-23-5447 | 📠 | |
| | ✉ wahi0123@yahoo.co.jp | | |
| 入会条件 | なし | 入会金 | なし |
| 会費 | 月額 2,500 円 | 見学 | 可 |
| その他経費など | なし | | |

日頃、運動不足が気になる方、試しに軽めの運動から入ってみませんか？

卓球

岩沼アリーナ

本格的な練習を行い個々のレベル UP を図っています。仙台市卓球協会にも登録し様々な大会にも積極的に参加しています。

| | | | |
|---------|----------------------------|-----------------|----|
| 活動場所 | 勤労者活動センター | | |
| 活動日時 | 第 4 土曜日 13:00~17:00 | | |
| 連絡先 | 三品 喜彦 | | |
| | ☎ | 📠 080-5562-6920 | |
| | ✉ y.mishina3473@outlook.jp | | |
| 入会条件 | 卓球経験者 | 入会金 | なし |
| 会費 | 1回 200円 | 見学 | 可 |
| その他経費など | なし | | |

本格的に卓球をやりたい方、募集してます。見学はいつでも可です。一緒に練習を楽しみましょう。

ソフトバレーボール

KINKATSU. SVC

ソフトバレーボールの練習をしています。

| | | | |
|---------|---------------------------|-----------------|----|
| 活動場所 | 勤労者活動センター | | |
| 活動日時 | 毎週金曜日 19:00~21:00 | | |
| 連絡先 | 瀧川 英文 | | |
| | ☎ | 📠 090-4220-1001 | |
| | ✉ hide.takikawa@nifty.com | | |
| 入会条件 | なし | 入会金 | なし |
| 会費 | 年額 6,000 円 | 見学 | 可 |
| その他経費など | なし | | |

見学・体験参加大歓迎です。メンバー募集していますので、代表者に連絡をお願いします。

ソフトバレーボール

さわやかクラブ

ソフトバレーボールの練習をしています。

| | | | |
|---------|-----------------------|-----------------|----|
| 活動場所 | 勤労者活動センター、ビックアリーナー他 | | |
| 活動日時 | 毎週水曜日、金曜日 13:30~16:00 | | |
| 連絡先 | 大友 勉 | | |
| | ☎ | 📠 080-1858-8180 | |
| | ✉ | | |
| 入会条件 | 多少経験のある方 | 入会金 | なし |
| 会費 | 年額 1,000 円 | 見学 | 可 |
| その他経費など | 参加時 1 回 100 円 | | |

相互の健康維持と親睦を図るため、ソフトバレーボールで楽しんでいます。

バドミントン

チーム金上(中学校)・
岩沼ジュニアバドミントンクラブ(小学校)

市内の小・中学校で活動しています！小学生～中学生まで、みんなで楽しみながら強くなるために練習しています。

| | | | |
|-------------|---|-----------------|----|
| 活動場所 | 岩沼小学校、岩沼中学校他 | | |
| 活動日時 | ・月曜日 19 時～21 時 ・水曜日①17 時～19 時、②19 時～21 時 ・木曜日 19 時～21 時 ・土曜日 18 時～21 時 ・日曜日 14 時～17 時 | | |
| 連絡先 | 堀内 瞳 | | |
| | ☎ | ☎ 080-3029-5057 | |
| | ✉ | | |
| 入会条件 | 小学生以上中学生まで | 入会金 | なし |
| 会費 | 月額 正会員 4,000 円 ビジター会員 1 回 500 円 | 見学 | 可 |
| その他 経費など | 必要な時集金 | | |

バドミントンを楽しみながらみんなで強くなるよう日々練習しています！体験 2 回までできます！

バドミントン

ラケット

バドミントンの練習、試合。毎年 11 月 3 日に開催される市長杯を目標にみんなで楽しく活動しています。毎回来られなくても大丈夫です。

| | | | |
|-------------|-----------------------------|-----------------|----|
| 活動場所 | 勤労者活動センター | | |
| 活動日時 | 毎週木曜日 19:00～21:00 | | |
| 連絡先 | 白鳥 真 | | |
| | ☎ | ☎ 080-5023-3503 | |
| | ✉ tori3swan3rd@gmail.com | | |
| 入会条件 | なし | 入会金 | なし |
| 会費 | 月額 1,000 円 または 1 回 500 円 | 見学 | 可 |
| その他 経費など | なし | | |

気持ちの良い汗をかいて心も体もリフレッシュ！私たちと一緒にバドミントンを楽しみませんか？

スポーツ

ノルディックウォークいわぬま

ノルディックウォーキングは2本の専用ポールで安全に歩くことができ、運動効果が期待できるスポーツです。親睦を図りながら自然豊かな「グリーンピア岩沼」を歩いています。

| | | | |
|-------------|--|-----------------|----|
| 活動場所 | グリーンピア岩沼、岩沼市内近郊 | | |
| 活動日時 | 第 1 金曜日・第 2 月曜日・第 3 木曜日 第 4 水曜日 10:00～12:00 | | |
| 連絡先 | 遠藤 素子 | | |
| | ☎ | ☎ 090-2412-6713 | |
| | ✉ moto109@nifty.com | | |
| 入会条件 | 体験会に参加した方 | 入会金 | なし |
| 会費 | 年額 1,000 円 | 見学 | 可 |
| その他 経費など | なし | | |

活動写真・報告は Facebook をご覧ください。体験会には、ウォーキングに適した服装、シューズ、水、タオル持参でご参加ください。専用ポールは無料。体験会は第 2 月曜日(祝祭日除く)



アクアビクスサークル

マーメイドピュア

水中で行うエアロビクス「アクアビクス」のサークルです。中強度のサーキットトレーニングアクアビクスを行っています。

| | | | |
|-------------|-----------------------------|-----------------|-------|
| 活動場所 | グリーンピア岩沼 | | |
| 活動日時 | 月曜日(月 2～3 回) 11:40～12:40 | | |
| 連絡先 | 関本 咲子 | | |
| | ☎ | ☎ 050-3479-1169 | |
| | ✉ bloom@studiobloom-fit.com | | |
| 入会条件 | 運動制限されていない健康な 60 代までの女性 | 入会金 | 500 円 |
| 会費 | 月額 1,700 円 | 見学 | 可 |
| その他 経費など | プール入館料別途かかります | | |

運動不足、ストレス解消にぴったりの運動です。メンバーは 30 代～50 代女性でお仕事や子育て中でも参加しやすいサークルです。ぜひ一度見学体験に来てください。

バレーボール、ソフトバレーボール

K・K アカデミー

20代～70代の老若男女でソフトバレーボールをしています。年に数回岩沼や仙台での大会に参加し試合で一喜一憂し、その後の祝勝会やチキショウ会で会員同志の親睦を図っています。

| | | | |
|---------|-------------------|-----------------|----|
| 活動場所 | 農村環境改善センター | | |
| 活動日時 | 毎週日曜日 13:00～17:00 | | |
| 連絡先 | 松崎 祥一郎 | | |
| | ☎ | ☎ 080-6034-7524 | |
| | ✉ | | |
| 入会条件 | なし | 入会金 | なし |
| 会費 | 月額 500円 | 見学 | 可 |
| その他経費など | スポーツ安全保険加入 | | |

2023.4月から20代、30代、40代の子育て世代の方々へ親子会員の募集も始めました。乳幼児や児童と一緒にボール遊びをしながら、パパさん、ママさんもソフトバレーボールをしてみませんか。一度見学に来てみませんか。

グラウンド・ゴルフ

岩沼市グラウンド・ゴルフ協会

4～5人のグループに分かれ、4～5 ラウンド巡る。(1ラウンド8ホール20分位を要す)活動の合間に交流を深めている。年に市、県南、県の大会が開催される。(市:5～6回、県・県南:2～3回くらい)

| | | | |
|---------|-------------------------------|------------------|----------------------|
| 活動場所 | 5月～11月陸上競技場 12月～4月多目的グラウンド | | |
| 活動日時 | 毎週火曜日 9:00～11:00 | | |
| 連絡先 | 齋 忠吾 | | |
| | ☎ | ☎ 0223-22-1745 ☎ | |
| | ✉ | | |
| 入会条件 | 市民であればどなたでも!! | 入会金 | 市 1,000円 県 1,500円 |
| 会費 | 月額 市:1回 100円 県:1回 130円 | 見学 | 可 |
| その他経費など | 陸上競技場午前 130円 多目的グラウンド 100円 | | |

年齢を忘れてグラウンド・ゴルフを楽しむ団体です。(平均77～78歳)最年長93歳。

ランニング

七転八起ランニングクラブ

- ・各地のマラソン大会出場
- ・ランニングイベント(クラブ内企画)
- ・防犯パトロールラン(岩沼市内)
- ・ごみ拾い活動

| | | | |
|---------|--------------------|-----------------|-------------------|
| 活動場所 | 岩沼市内 | | |
| 活動日時 | 不定期 | | |
| 連絡先 | 猪股 和浩 | | |
| | ☎ | ☎ 090-7939-7310 | |
| | ✉ 7d8ups@gmail.com | | |
| 入会条件 | なし | 入会金 | なし |
| 会費 | なし | 見学 | 希望の方は、事前連絡おねがいします |
| その他経費など | なし | | |

健康第一。楽しくみんなで走りましょう!

日本武術

合気道一心館

日本の伝術合気道を他道場とは違う独自の稽古スタイルで行っております。稽古は緩く、キツくありません。怒鳴ったりすることはありません。しかし、それでいて実践的な内容です。運動が苦手な方も、是非お越しください。どなたでもできます。

| | | | |
|---------|--|-----------------|----|
| 活動場所 | 農村環境改善センター | | |
| 活動日時 | 第1土曜日 18:00～20:00 第2・3・4土曜日 14:00～16:00 | | |
| 連絡先 | 八幡 史朗 | | |
| | ☎ | ☎ 090-6456-7867 | |
| | ✉ bluecat777y@gmail.com | | |
| 入会条件 | なし | 入会金 | なし |
| 会費 | 月額 3,000円 or 1回 1,000円 | 見学 | 可 |
| その他経費など | なし | | |

子どもクラスではおもちゃなど使いながらゲーム感覚で楽しく稽古しています。大人の方には、一人一人のニーズに合わせております。合気道は勝敗を競わず、ストレスが溜まりません。ぜひ見学にお越しください。

武道

岩沼市居合道会

居合道を通しての人間形成と礼節を目的とする武士道精神を指導します。

| | | | |
|---------|--------------------------|-----|--------|
| 活動場所 | 農村環境改善センター | | |
| 活動日時 | 毎週金曜日(祝日を除く) 18:00~21:00 | | |
| 連絡先 | 高野 正幸 | | |
| | ☎0223-22-6529 | 📠 | |
| | ✉ | | |
| 入会条件 | なし | 入会金 | 1,000円 |
| 会費 | 年額 3,000円 | 見学 | 可 |
| その他経費など | なし | | |

卓球

にこにこ卓球クラブ

卓球の練習と健康維持・増進と会員の親睦を図る事を目的とする。

| | | | |
|---------|-------------------|-----------------|----|
| 活動場所 | 農村環境改善センター | | |
| 活動日時 | 毎週水曜日 13:00~17:00 | | |
| 連絡先 | 我妻 勇 | | |
| | ☎ | 📠 090-4310-7794 | |
| | ✉ | | |
| 入会条件 | なし | 入会金 | なし |
| 会費 | 1回 100円 | 見学 | 可 |
| その他経費など | なし | | |