

2026年度

仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬

教室参加者 大募集



日曜子どもプール教室開講!
※詳細は裏面をご確認ください。



私たちは、持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。私たちは、市民の皆様の健康づくりを応援します。

※写真はイメージです。

仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬

体育館 TEL 022-392-5340 〒989-3124 宮城県仙台市青葉区上愛子字松原39-1
 FAX.022-392-1731
 プール TEL 022-392-2595 https://www.miyahiro-sponavi.com/
 指定管理者 株式会社東京アスレチッククラブ・TM共同事業体 三菱電機ビルソリューションズ株式会社

開館時間/9:00~21:00
 休館日/毎月1回の保守点検日、年末年始、法定点検 ※詳しい日程は窓口にお問い合わせください。

<p>葛岡ウオーターパーク 〒989-3121 仙台市青葉区郷六丁目57-1 TEL.022-277-8598</p>	<p>水の森ウオーターパーク 〒981-0962 仙台市青葉区水の森4-1-1 TEL.022-277-2713</p>	<p>鶴ヶ谷ウオーターパーク 〒983-0824 仙台市宮城野区鶴ヶ谷8-19-1 TEL.022-252-1186</p>
---	--	--

おとなも子どもも宮城広瀬に集合

個人使用料

		一般(高校生相当以上)	小・中学生※3	幼児
体育館※2 (一般公開)	[午前] 9:00~12:00	240円	120円	無料 (保護者同伴)
	[午後] 13:00~17:00			
	[夜間] 18:00~21:00			
	共通回数券(11枚綴り)	2,400円	1,200円	
プール 9:00~21:00	1回利用券(2時間まで)	590円	230円	
	超過1時間ごと	290円	110円	
	共通回数券(11枚綴り)	5,900円	2,300円	

トレーニングエリア※1
9:00~21:00※2
〔高校生相当以上のみ利用可〕

1回利用券(2時間まで)
200円

一般(高校生相当以上) 教室受講生
無料
※在籍教室の前後1時間

注意事項
 ※1 利用の際は室内シューズが必要です。レンタルシューズ(有料)もございます。
 ※2 予約状況により利用できない場合がございます。
 ※3 18時以降は保護者の同伴が必要です。



運動するメリットって何?

- 免疫力の向上
- 全身への刺激で脳や神経の活性
- 先生、生徒同士のつながり、コミュニケーションの向上 など...

仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬はスポーツに励むみなさまの健康づくりを応援&サポートしていきます!

応募方法 ※お一人様1教室のみにてご応募ください。 ※二次募集より2教室以上のお申込みが可能です。

<p>WEB応募の場合</p> <p>二次元コードの申込フォームより応募できます。</p> <p>※メールアドレスの登録が必要です。(info@buscatch.net)から送信します。予め、迷惑メール解除及び受信設定をしてください。</p>	<p>ハガキ応募の場合</p> <p>●往復ハガキに必要事項を記入の上、当施設宛にて郵送してください。 ※記入内容に誤りがある場合は抽選対象とならない場合がございます。 ※消せるボールペンの使用はお控えください。 ●施設窓口へハガキを持参される場合は、返信用官製ハガキのみの提出で構いません。 ※一番左の返信面のみご記入ください。 ※応募内容は別途専用の用紙に記入していただきます。</p>	<p>WEB応募の場合</p> <p>抽選後、登録メールアドレスに結果メールが届きます。(当選or落選) ※登録メールアドレスの種類や設定によっては、返信メールが届かない場合がございます。</p>
<p>れんらくアプリ応募の場合</p> <p>仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬のれんらくアプリアカウントをお持ちの方は【申込フォーム】から応募できます。 ※お知らせメールの受信設定を受信するようにしてください。</p>	<p>ハガキ応募の場合</p> <p>抽選後、結果通知を返信用ハガキにて発送します。(当選or落選) ※3月1日(日)から3月10日(火)までの間に直接窓口にて本申込みをお願いいたします。(※4月分料金を含む) ※期日までに申込みがない場合は、キャンセルとなりますのでご注意ください。 誠に恐縮ですが二次募集の空き教室にお申込みください。(先着順)</p>	<p>れんらくアプリ応募の場合</p> <p>抽選後、[れんらく受信一覧]に結果メールが届きます。(当選or落選) ※受信設定によっては、返信メールが届かない場合がございます。</p>

<p>応募スケジュール</p> <p>一次募集期間 2月1日(日)~2月21日(土) ※締切後の応募は受けできません。二次募集にご応募ください。 ハガキ応募の場合は2月21日(土) 必着です。</p>	<p>結果発表 2月27日(金) ※3月10日(火)までに、直接窓口にて本申込みを行ってください。 期日までに手続きがない場合は、キャンセルとなります。</p>	<p>二次募集開始(空き教室のみ) 3月15日(日) 10:00~随時(先着順) ※3月14日(土)~教室空き状況をHP・館内掲示でお知らせします。 空き状況をご確認の上、直接窓口にてお申込みください。</p>
---	--	---

個人情報保護方針 TM共同事業体は、ご利用者からお預かりした個人情報について、その重要性を深く認識し、個人情報保護に関する法令及びその他の規範を遵守するとともに、以下の通り個人情報保護方針を定め、これを実行し維持します。①個人情報提供していただくにあたっては、必要な範囲内で適法かつ公正な手段によって行います。②お預かりした個人情報を「以下、個人情報」とし「利用するにあたっては、お預かりした目的範囲内で利用します。③個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。④個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑤個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑥個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑦個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑧個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑨個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑩個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑪個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑫個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑬個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑭個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑮個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑯個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑰個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑱個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑲個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。⑳個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉑個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉒個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉓個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉔個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉕個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉖個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉗個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉘個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉙個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉚個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉛個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉜個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉝個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉞個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㉟個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊱個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊲個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊳個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊴個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊵個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊶個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊷個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊸個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊹個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊺個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊻個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊼個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊽個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊾個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。㊿個人情報を適法かつ公正な手段によって行います。【仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬】 宮城県仙台市青葉区上愛子字松原39-1 TEL.022-392-5340 FAX.022-392-1731

仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬

仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬

●教室プログラム

宮城広瀬体育館・テニスコート

時間	月	火	水	木	金	土
9:00						
9:30			★骨盤 コンディショニング ヨガ 9:30～10:30		★NEW ピラティス 9:15～10:15	
10:00					【定期制】 初中級テニス 10:00～12:00 (Ⅰ期4～6月 Ⅱ期9～11月)	【定期制】 小学生テニス 10:00～12:00 (Ⅰ期4～6月 Ⅱ期9～11月)
10:30	★NEW のびのび体操 10:30～11:30	★バドミントン (成人) 10:30～12:00	★卓球 10:30～12:00	★バランス エクササイズ 11:00～12:00	★膝痛腰痛 肩こり改善 11:00～12:00	
11:00				★体と心を ほぐすヨガ 11:00～12:00	★はじめてのヨガ 10:30～12:00	
11:30						
12:00						
12:30						
13:00						
13:30		★いきいき体操 13:00～14:00	★ストレッチ &楽々 トレーニング 13:00～14:00		★バランス エクササイズ 13:30～14:30	
14:00						
14:30						
15:00			★ソフトヨガ 14:30～15:30			
15:30	★ちびっこ体操 15:30～16:30			★ちびっこ体操 15:00～16:00		
16:00		★ビギナーヨガ 15:30～16:30		★小学生体操 (1～3年) 16:00～17:00		
16:30	★体づくり運動 16:30～17:30			★小学生体操 (4～6年) 17:00～18:00		
17:00				★89ers バスケットボール (小学1～3年) 17:00～18:00		
17:30						
18:00				★小学生 バドミントン 18:00～19:30	★89ers バスケットボール (小学4～6年) 18:15～19:15	
18:30					★アロマ ヒーリングヨガ 18:45～19:45	
19:00		★ナイトヨガ 18:50～19:50			★89ers バスケットボール (中学生) 19:30～20:30	
19:30					★リフレッシュ ヨガ 20:00～21:00	
20:00		★【定期教室】 リカバリーヨガ 20:00～21:00 (5～10月)				
20:30						
21:00						

（一部クラスを除き）
振替制度がございます！
「れんらくアプリ」から振替予約や
欠席連絡が24時間お好きな時に
登録できます！
★振替制度あり、他クラスからの振替可
★振替制度あり、他クラスからの振替不可
□未就園児・未就学児・小学生教室
□中学生教室

●教室プログラム

宮城広瀬温水プール

時間	日	月	火	水	木	金	土
9:00	★NEW 小学生水泳A① (12～7級) 9:00～10:00						小学生水泳A① 9:00～10:00
9:30	★NEW 幼児水泳 10:00～11:00						幼児水泳① 10:00～11:00
10:00	★NEW 小学生水泳A② (6～45級) 11:00～12:00						小学生水泳B① 11:00～12:00
10:30							
11:00							
11:30			健康水中運動 11:00～12:00	ウォーキング&スイム 11:00～12:00	水中ウォーキング 11:00～12:00	成人水泳(中上級) 11:00～12:00	小学生水泳B① 11:00～12:00
12:00							
12:30							
13:00							
13:30			成人水泳(初中級) 13:00～14:00				幼児水泳② 13:00～14:00
14:00							小学生水泳A② 14:00～15:00
14:30							小学生水泳B② 15:00～16:00
15:00							
15:30			幼児水泳 15:30～16:30	幼児水泳 15:30～16:30	幼児水泳 15:30～16:30	幼児水泳 15:30～16:30	
16:00							
16:30			小学生水泳A 16:30～17:30	小学生水泳A 16:30～17:30	小学生水泳A 16:30～17:30	小学生水泳A 16:30～17:30	
17:00							
17:30			小学生水泳B 17:30～18:30	小学生水泳B 17:30～18:30	小学生水泳B 17:30～18:30	小学生水泳B 17:30～18:30	
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00			成人水泳(中上級) 19:30～20:30				
20:30							
21:00							

全クラス振替制度がございます！
「れんらくアプリ」から振替予約や欠席
連絡が24時間お好きな時に登録できます！
※お振替は同一種類のクラスにのみ承ります。
(例：小学生水泳B→小学生水泳Aは振替不可)

プログラム内容 月謝前納制、月により金額が異なります。一部祝日は別日に振り替えて受講いただけます。※振替制度がある教室のみ

●子ども教室(通年)

教室名	対象	曜日・時間	定員	内容	料金(税込)
★NEW のびのび体操 (親子教室)	2歳～3歳の未就園児と保護者	(月) 10:30～11:30	8	入園前に母子分離でも楽しく運動できるようになることを目指し、指導員とリズム体操や知育あそびを通して集団行動の基礎を学びます。	830円～1,660円 [1回あたり830円/月2回開催]
ちびっこ体操	4歳以上の未就学児	(月) 15:30～16:30 (木) 15:00～16:00	20	体操を通して身体の使い方や身体を動かす楽しさを学びながら、小学校体育に向けた基礎技術の習得を目指します。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
体づくり運動	小学生	(月) 16:30～17:30	20	コーディネーショントレーニングの要素を取り入れ、基礎体力だけでなく「判断力」や「想像力」を身につけ、総合的な運動能力を高めることを目指します。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
小学生体操	小学1～3年生 小学4～6年生	(木) 16:00～17:00 (木) 17:00～18:00	20	学校体育に基づき、体操を通じた基礎体力作りや運動能力の向上を目指します。	1,140円～5,700円 [1回あたり1,140円]
小学生バドミントン	小学生	(水) 18:00～19:30	25	バドミントンの基礎から始め、ゲームができるまでの知識・技術の習得を目指します。	1,140円～5,700円 [1回あたり1,140円]
仙台89ers バスケットボール	小学1～3年生 小学4～6年生 中学生	(木) 17:00～18:00 (木) 18:15～19:15 (木) 19:30～20:30	20	バスケットボールの基本・基礎の習得を目指します。バスケットに興味がある、バスケットをはじめたばかりのお子様も安心して楽しく参加できます。	6,000円/月
幼児水泳	3歳6ヵ月以上未就学児	(火)～(金) 15:30～16:30 (土) ①10:00～11:00 ②13:00～14:00 ★NEW (日)10:00～11:00	20	水が苦手なお子様も大好きなお子様も、指導員と楽しく水泳の基礎を身に付けます。	1,400円～7,000円 [1回あたり1,400円]
小学生水泳A	小学生(12～45級相当) 小学生(12～7級相当) 小学生(6～45級相当)	(火)～(金) 16:30～17:30 (土) ①9:00～10:00 ②14:00～15:00 ★NEW (日)①9:00～10:00 ★NEW (日)②11:00～12:00	45	泳力ごとのグループに分かれて、水慣れやクロール、背泳ぎの習得を目指します。	1,400円～7,000円 [1回あたり1,400円]
小学生水泳B	小学生 (クロール7M完泳～個人メドレー)	(火)～(金) 17:30～18:30 (土) ①11:00～12:00 ②16:00～17:00	45	泳力ごとのグループに分かれて、各泳法や個人メドレーの習得、タイムトライアルのクリアを目指します。	1,400円～7,000円 [1回あたり1,400円]

●子ども教室
認定基準表
(泳力の目安)

級	12	11	10	9	8	7	6	5	4	4S	3	3S	2S	1	M5	M4	M3	M2	M1	
泳力	顔つけ 5秒	潜り 5秒	けのび 5秒	グライド キック 5m	面かぶり クロール 7m	クロール 7m	クロール 12.5m	クロール 25m	背泳ぎ キック 25m	背泳ぎ 25m	平泳ぎ キック 25m	平泳ぎ 25m	バタフライ キック 25m	バタフライ 25m	100m 個人 メドレー	クロール 背泳ぎ 各50m タイム	バタフライ 平泳ぎ 各50m タイム	100m 個人 メドレー タイム	100m 個人 メドレー タイム	200m 個人 メドレー タイム

●子ども教室
(定期)

教室名	対象	曜日・時間	定員	内容	料金(税込)
小学生テニス(硬式) Ⅰ期4～6月 Ⅱ期9～11月	小学生	(土) 10:00～12:00	6	テニスの基礎から始め、ゲームができるまでの知識・技術の習得を目指します。	2,280円～11,400円 [1回あたり2,280円]

●一般教室(通年・定期)
[対象：高校生相当以上]

教室名	曜日・時間	定員	内容	料金(税込)
バドミントン	(火) 10:30～12:00	15	バドミントンの基礎・応用技術を習得します。	1,140円～5,700円 [1回あたり1,140円]
卓球	(火) 10:30～12:00	20	卓球の基礎・応用技術を習得します。	1,140円～5,700円 [1回あたり1,140円]
はじめてのヨガ	(金) 10:30～12:00	15	正しい呼吸法と一連のポーズにより身体の内側から鍛え、美しい身体づくりを目指します。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
骨盤コンディショニングヨガ	(火) 9:30～10:30	15	骨盤を意識して動かし、ゆがみや開きを矯正する体操を行います。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
バランスエクササイズ	(火) 11:00～12:00 (木) 13:30～14:30	15	体幹を意識し正しいバランスが取れる身体づくりを行います。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
ビギナーヨガ	(火) 15:30～16:30	15	ヨガが初めての方や身体の硬い方でも安心して行えるヨガクラスです。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
ナイトヨガ	(火) 18:50～19:50	15	ゆったりとしたエクササイズで血行を促進させ、質の良い睡眠につながるよう身体をほぐします。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
ビューティーアロマヨガ	(水) 9:30～10:30	15	リラックス効果のあるアロマオイルの香りの中で全身をストレッチし、心身ともにリフレッシュをはかります。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
膝痛腰痛肩こり改善	(水) 11:00～12:00	15	関節周辺のストレッチやトレーニングを行い、筋力低下などからくる関節の痛みの予防をはかります。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
ストレッチ&楽々トレーニング	(水) 13:00～14:00	15	ストレッチで身体をほぐし、自重を使ったトレーニングを行い、怪我をしにくい健康的な身体づくりを目指します。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
ソフトヨガ	(水) 14:30～15:30	15	自律神経を整え緊張と弛緩の中から心身ともに安定した状態に導きます。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
体と心をほぐすヨガ	(木) 11:00～12:00	15	ゆっくりとした動きで呼吸と身体を整え、体にも心にもアプローチしていきます。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
アロマヒーリングヨガ	(木) 18:45～19:45	15	アロマオイルの香りに癒されながら全身ストレッチを行い、心と身体をリラックスさせます。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
リフレッシュヨガ	(木) 20:00～21:00	15	1日の疲れをとりつつ、心と身体のリフレッシュをしています。ストレス解消とともに良い眠りにも繋がっていきます。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
★NEW ピラティス	(金) 9:15～10:15	15	呼吸とともに身体を整え、体幹を鍛えながら、美しくしなやかな姿勢づくりを目指します。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
いきいき体操【中・高齢者対象】	(火) 13:00～14:00	15	ストレッチ体操を中心に、様々な運動を取り入れて体力づくりを行います。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
リカバリーヨガ (5月～10月)	(火) 20:00～21:00	15	心身疲労のリカバリーを促進させる呼吸法や身体の動きを意識し、良質な睡眠がとれるよう体内リズムを整えます。	830円～4,150円 [1回あたり830円]
初中級テニス (Ⅰ期4～6月 Ⅱ期9～11月)	(木) 10:00～12:00	10	テニス経験者(ラリーを続けられる方)を対象に、基礎から応用まで学びゲームができるまでを目指しテニスを楽しみます。	2,280円～11,400円 [1回あたり2,280円]
成人水泳(初中級)	(火) 13:00～14:00	15	クロール・背泳ぎの基礎習得と平泳ぎの導入までを目指します。	1,400円～7,000円 [1回あたり1,400円]
成人水泳(中上級)	(火) 19:30～20:30 (金) 11:00～12:00	15 20	[クロール25mを泳げる方対象] クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの基礎習得と4種目の泳力アップ、体力の向上を目指します。	1,400円～7,000円 [1回あたり1,400円]
成人水泳(初級)	(木) 10:00～11:00	15	バタ足動作～クロール・背泳ぎの習得を目指し、泳ぎの基礎動作の練習を行う、初めての方でも安心して参加いただけるクラスです。	1,400円～7,000円 [1回あたり1,400円]
ウォーキング&スイム	(水) 11:00～12:00	20	水中ウォーキングに加え、泳法の練習も行います。初心者の方でも無理なく練習ができるクラスです。	1,400円～7,000円 [1回あたり1,400円]
健康水中運動	(火) 11:00～12:00	20	筋力強化・柔軟性アップ・バランス感覚を養います。泳げない方でも安心して参加できるクラスです。	1,400円～7,000円 [1回あたり1,400円]
水中ウォーキング	(木) 11:00～12:00	20	水の中でのウォーキングや体操に加え、音楽に合わせて体を動かしながら心肺機能の向上やシェイプアップを目指すクラスです。	1,400円～7,000円 [1回あたり1,400円]