



カルチャー教室随時募集中!

ハマダスポーツ新聞



ピラティス

体幹(コア)を鍛えるエクササイズです!道具を使わずに強くてきれいな体をつくりましょう!

●対象 15歳以上

●一宮市総合体育館

●多目的室 木曜日

11時15分~12時15分

●尾西スポーツセンター

●第2会議室 水曜日

19時30分~20時30分

●卓剣場 金曜日

9時45分~10時45分

●いちのみや中央プラザ

●体育館

●第1・2会議室

水曜日

11時15分~12時15分



トランポリンEX

音楽にのりながらミニトランポリンの上で踊って跳ねてエクササイズします。簡単な動きでもミニトランポリンを使用することで燃焼効果がアップします!

●皆さん音楽に合わせてリズムにのって、楽しんでます!ご参加お待ちしております!

●対象 15歳以上

●一宮市総合体育館

●多目的室 金曜日

19時45分~20時45分



InBody測定会

InBody測定会2月、3月開催します!アリーナご利用の方、お散歩で来られた方、どなたでもご参加いただけます!

●参加料一回200円(税込)

●一宮市総合体育館

2月16日(月)~2月22日(日)

6日間

●尾西スポーツセンター

※2月18日(水)休館日を除く

2月23日(月祝)~3月1日(日)

6日間

●木曾川体育館

※2月24日(火)休館日を除く

3月3日(火)~3月8日(日)

6日間



春季短期教室

逆上がりと跳び箱にチャレンジ!友達と差をつけてレベルアップをしよう!

●幼児、児童ともに空き枠残りわずかです!お申込みお待ちしております!

●日時 3月27日(金)~3月29日(日)

①9時40分~10時40分

②11時~12時

●場所 いちのみや中央プラザ

●体育館 第1・2会議室

●参加費 3,300円(税込)

●対象 ①幼児(年少~年長)

②児童(小学1年~6年生)

●定員 各20名 ※先着順



一宮市体育館施設等指定管理者
ハマダスポーツ企画株式会社
2026年(令和8年)

2月号

いちい信金アリーナ(総合体育館)
尾西スポーツセンター
木曾川体育館
木曾川いきいきセンター
いちい信金中央アリーナ(いちのみや中央プラザ体育館)



月ワンポイント英会話

As...as possible

訳:できるだけ

「できるだけ」を表現すると、

(例文) Please come home as soon as possible.

訳:できるだけ早く帰ってきてね。

●英会話教室は一宮市総合体育館で開講しています!

詳細についてはお気軽にお問い合わせください☆

蛍光灯等回収ボックス

一宮市総合体育館にて蛍光灯等の回収ボックスを設置しております!設置場所は受付窓口横、正面玄関付近です。回収できるものは、蛍光灯、乾電池、コイン電池です。蛍光灯につきましては、受付窓口までお持ちください。LED蛍光灯は回収できません。各地区の不燃物でお出しく下さい。



LINE LINE
公式アカウント
はじめました!
お友達募集中!
ぜひご登録を!!

一宮市体育館施設



ichinomiya_gym

一宮市体育館施設