

能代市体育協会の短期教室レポート

ステップエクササイズ教室 2月6日～3月27日の全8回冬場の運動不足、ストレス解消を目的に開催しました。市内女性22名が参加。音楽に合わせて、ステップ台を使つての昇降運動をいれたエクササイズに参加者は汗を流していました。



参加者の声 ・普段運動不足なのでいい汗をかくことができて、とても気持ち良かったです！
・日々の運動不足を感じていても、一人で何かできることもなく、今回の教室は本当にいい場が見つかり、うれしく参加させていただきました！

スポーツ大会 / 行事予定 4月～7月

※主なものを掲載しています。予定は今後変更になる場合があります。

4月		
13日	市内リーグ戦（野球）	能代球場
13日～	高円宮杯U15サッカーリーグ	落合球技場
13～14日	高校バレーボール能代大会	二総体
	能代選抜高校女子ソフトボール大会	ソフトボール場
19日～	能代山本中学校春季総体	各施設
20～21日	山田久志杯学童球技フェスティバル	能代球場他
21日	秋田白神ノルディックウォーキングin能代	陸上競技場
	能山地区還暦野球	赤沼球場
	一・二中定期戦	能代球場
27日	能代山本中学校春季総体野球	能代球場
	秋田県高校軟式野球春季リーグ戦	赤沼球場
	能代山本幼少年剣道大会	B & G
	全県選抜中学校能代大会（ソフトテニス）	二テニス
27～29日	能代オープン高校女子ソフトボール大会	ソフトボール場
28日	マルケンカップ大会（バドミントン）	能総体
	観桜記念中学校バレーボール大会	二総体
	能代山本幼少年錬成会	B & G
28日～	高松宮杯予選（野球）	赤沼球場他
29日	能代山本春季柔道大会	能総体
	能代東中・能代南中定期戦	能代球場

5月		
1日～	全県選抜古希野球交流リーグ戦	赤沼球場他
2日	山田久志杯野球大会	能代球場他
3日	能山陸上競技選手権大会	陸上競技場
3～5日	能代カップ高校選抜	能総体
	花見まつり卓球大会	二総体
3～15日	春季県北地区野球大会	能代球場
5日	秋田県小学生春季ソフトボール大会	ソフトボール場
11日	高体連県北定通総体	能総体
	医師会病院野球大会（春季）	赤沼球場
12日	二ツ井町全県ミニテニス交流大会	二総体
18～19日	秋田県中学校春季バスケットボール大会	能総体
	県中学校春季ソフトボール大会	ソフトボール場
18～20日	春季東北地区高校野球秋田県大会	能代球場
19日	せまる初夏のダンススポーツ交流会	二総体
22日～	全県喜寿・傘寿スパー・エイズ野球交流リーグ戦	二ツ井球場
25日	能代市病院交流野球大会	赤沼球場
25～26日	ヨネックス杯中学校能代大会（ソフトテニス）	二テニス
	全県中学校招待野球能代大会	能代球場他
26日	全県中学校春季バレーボール能代大会	能総体
	秋田県バスケボール協会アンダーカテゴリー	二総体
	のしろ歩け歩け大会	陸上競技場
29日	のしろチャレンジデー2019	各施設

6月		
1～2日	能代市中学校選抜卓球大会	二総体
	高円宮杯学童市予選（野球）	赤沼球場
1～3日	県高校軟式野球春季大会	能代球場他
1～4日	県高校総体バドミントン競技	能総体
2日	能山小学生陸上競技大会	陸上競技場
8日	能代市山本郡医師会野球大会	赤沼球場
8～9日	全国小学生ABCバドミントン大会県予選	能総体
	きみまちカップミニバスケットボール大会	二総体
	全日本小学生女子ソフトボール県予選会	ソフトボール場
8日～	東北地区高校軟式野球強化交流試合	能代球場
9日	東北ママさんバレーボール大会能山予選	B & G
	浅内地区OB野球大会	赤沼球場
	天皇杯市予選（野球）	二ツ井球場
14日	ユニカール協会合同研修会	能総体
14日～	能代山本中学校夏季総体	各施設
21日	能代市社会福祉協議会施設合同運動会	能総体
22～23日	能代市ちびっこソフトボール交流大会	ソフトボール場
23日	ちびっこフェスティバル	能総体
23日～	県体市予選（野球）	二ツ井球場
24日	能代松陽高強化試合	能代球場
29日～	400歳野球大会	赤沼球場
29～30日	県体少年女子（高校）ソフトボール競技	ソフトボール場
30日	秋田県ミニテニス交流能代大会	能総体
	全国フォークダンス巡回講習会	B & G

7月		
5日	能代山本サマー大会（ユニカール）	能総体
6日	幼稚園フェア「みんなあつまれワイワイ Wai!」	能総体
6～7日	秋田県スポ少大会市予選	二ツ井球場
7日	秋田県ドッジボール選手権	能総体
	秋田県都市対抗バスケットボール大会予選	二総体
	全国ママさんバレーボール秋季大会能山予選	B & G
10～16日	全国高校野球選手権秋田大会	能代球場他
13～15日	秋田県中学校総体卓球大会	能総体
	秋田県中学校総体バレーボール大会	二総体
14日～	東日本野球市予選	二ツ井球場
20日	県北病院交流大会（野球）	能代球場
20～21日	全国大会出場壮行大会（ソフトボール）	ソフトボール場
21日	秋田県バスケボール協会アンダーカテゴリー	二総体
	花下旗争奪剣道大会	B & G
22～25日	土用稽古会（剣道）	能総体
27日	能代市小中一貫バレーボール教室	能総体
27～28日	能代市ミニバスケットボール交流大会	二総体
27～30日	全日本小学生女子ソフトボール大会	能代球場他
28日	能代ミニテニス交流大会	能総体

屋外スポーツ施設供用情報

3月6日

陸上競技場

4月1日

誠邦園球場
落合第一球場
公園テニスコート
二ツ井テニスコート

5月20日

市民プール
能代球場
赤沼球場

5月1日

二ツ井球場

※開始時期については、状況により変更される場合があります。

※落合テニスコートは改修工事のため利用休止となっております。9月1日供用開始予定となります。