

スポーツ教室情報 10月

- だれでも参加できる
- 該当市町在住・在勤・在学者・競技団体等に限る
- ◎ 近畿全国規模の大会

月	日	曜日	教室名	内 容	場 所	記号	問合せ/TEL等
10	3	火	ライフアップスポーツ	中高年者に軽スポーツに親しむ機会を提供します。	ウカルちゃんアリーナ (滋賀県立体育館)	○	ウカルちゃんアリーナ (滋賀県立体育館) 077-524-0221
10	3	火	ジュニア強化バドミントンスクール	国際大会や滋賀国体に向けてのジュニア育成事業。	ウカルちゃんアリーナ (滋賀県立体育館)	○	ウカルちゃんアリーナ (滋賀県立体育館) 077-524-0221
10	3・17 24・31	火	ヨガストレッチ 秋コース	姿勢、呼吸、瞑想を主としたエクササイズ。リラクゼーションを取り入れることにより、筋肉をゆるめ血液やリンパの流れを促し自然治癒を取り戻し、むくみや冷え性、疲労など体質改善、姿勢改善、骨盤矯正を行い、生活習慣病予防および健康・体力づくりの習慣化を図る。	滋賀県立スポーツ会館 2階 アリーナ	○	滋賀県立スポーツ会館 077-522-0301
10	3・17 24・31	火	気軽にピラティス 秋コース	柔軟体操を主としたエクササイズをすることにより、骨格を中心とした身体の深層部を刺激し、姿勢改善、身体のバランス能力アップ、腰痛・肩こり解消、新陳代謝促進などによる、美容と健康づくりのため開催し、生活習慣病予防および健康・体力づくりの習慣化を図る。	滋賀県立スポーツ会館 2階 アリーナ	○	滋賀県立スポーツ会館 077-522-0301
10	4	水	わくわく元気アップ教室 (第1・2・3水曜夜)	小学生低学年を対象に楽しく運動する教室	伊吹山麓体育館	○	いぶきスポーツクラブ 0749-58-1155
10	4	水	スポーツデー	トランポリン、バドミントンなどを自由に行えます。	ウカルちゃんアリーナ (滋賀県立体育館)	○	ウカルちゃんアリーナ (滋賀県立体育館) 077-524-0221
10	4・11 18・25	水	スポーツアカデミー 2期 3・4・5KIDS	マット運動・鉄棒・跳び箱・体操・動き作りトレーニング・トランポリンなど	滋賀県立スポーツ会館 2階 アリーナ	○	滋賀県立スポーツ会館 077-522-0301
10	4・11 18・25	水	スポーツアカデミー 2期 ジュニアコース	マット運動・鉄棒・跳び箱・体操・動き作りトレーニング・トランポリンなど	滋賀県立スポーツ会館 2階 アリーナ	○	滋賀県立スポーツ会館 077-522-0301

月	日	曜日	教室名	内 容	場 所	記号	問合せ/TEL等
10	4・11 18・25	水	ピラティス コンディショニング 2期	柔軟体操を主としたエクササイズをすることにより、骨格を中心とした身体の深層部を刺激し、姿勢改善、身体のバランス能力アップ、腰痛・肩こり解消、新陳代謝促進などによる、美容と健康づくりのため開催し、生活習慣病予防および健康・体力づくりの習慣化を図る。	滋賀県立スポーツ会館 2階 アリーナ	○	滋賀県立スポーツ会館 077-522-0301
10	5・12	木	ジュニアなんでも運動教室	基礎運動能力を高める教室 年少児～年長児対象	栗東市民体育館 第2アリーナ	○	(公財) 栗東市体育協会 077-553-4321
10	5・12	木	ステップアップ・ピンポン	中級者向けの卓球教室 当日受付/1回300円	栗東市民体育館 第1アリーナ	○	(公財) 栗東市体育協会 077-553-4321
10	5・12 19	木	いきいき運動教室	介護予防運動教室	栗東市民体育館 会議室	○	(公財) 栗東市体育協会 077-553-4321
10	5・12 19・26	木	スポーツアカデミー 2期 ジュニアコース	マット運動・鉄棒・跳び箱・体操・動き作りトレーニング・トランポリンなど	滋賀県立スポーツ会館 2階 アリーナ	○	滋賀県立スポーツ会館 077-522-0301
10	5・12 19・26	木	スポーツアカデミー 2期 アスリートコース	マット運動・鉄棒・跳び箱・体操・動き作りトレーニング・トランポリンなど	滋賀県立スポーツ会館 2階 アリーナ	○	滋賀県立スポーツ会館 077-522-0301
10	6	金	ホッケー教室(全8回)	クラブ員を対象に、ホッケーを教える	県立伊吹運動場	○	いぶきスポーツクラブ 0749-58-1155
10	7～	土	キッズサッカー教室(後期)	市内4才～小学校就学前の幼児を対象 (毎週土曜、全8回)	三ツ池運動公園	■	公益社団法人草津市体育協会 TEL077-568-5300
10	7～	土	ガールズサッカー教室(後期)	市内小学校1～3年生女子を対象 (毎週土曜、全8回)	三ツ池運動公園	■	公益社団法人草津市体育協会 TEL077-568-5300
10	11・25	水	ジュニアスポーツアカデミー	小学生を対象としたスポーツ教室 (サッカー競技) 申込締切10/5	ドーム屋外グラウンド	○	長浜バイオ大学ドーム 0749-64-0808
10	13	金	バスケット教室(第2・4金曜夜)	クラブ員を対象に、バスケットを教える	伊吹山麓体育館	○	いぶきスポーツクラブ 0749-58-1155
10	14・28	土	かんたんエアロ教室	誰でも楽しめる体操講座 当日受付/1回300円	十里体育館	○	十里体育館 077-553-1701
10	15	日	大津東ロータリーカップ親善交流大会	交流大会 体験教室	瀬田公園体育館	○	滋賀県バウンドテニス協会 077-594-2343

月	日	曜日	教室名	内 容	場 所	記号	問合せ/TEL等
10	17・24 31	火	輝き・シニアスポーツデー 2期	各種レクリエーションまたは健康体力 づくり運動 卓球・バドミントンなどフリーにス ポーツを楽しんでもらう	滋賀県立スポーツ会館 2階 アリーナ	○	滋賀県立スポーツ会館 077-522-0301
10	17・31	火	すっきり体操	誰でも楽しめる体操講座 当日受付/1回200円	栗東市民体育館 第1アリーナ	○	(公財)栗東市体育協会 077-553-4321
10	21	土	親子英語DEエクササイズ	幼児を対象に英語に親しむ機会を提供 する事業。	滋賀県立武道館	○	滋賀県立武道館 077-521-8311
10	26	木	レクリエーション教室	ファミリーバドミントンやディスコン 等のニュースポーツ教室 (平成29年10月26日から平成29年 12月7日までの毎週木曜日)	岩上体育館	○	甲賀市教育委員会事務局 文化スポーツ振興課 0748-86-8023
10	28	土	少年野球教室	中学生を対象に野球技術等を向上させ るため。 協力者としてOBC高島チーム。	新旭球場		高島市新旭町 いまづジョイナスクラブ 早川 廣次 090-3466-6568
10	31	火	柔道教室	各自の技能や能力に応じた指導を行 います。	滋賀県立武道館	○	滋賀県立武道館 077-521-8311
10	31	火	剣道教室	各自の技能や能力に応じた指導を行 います。	滋賀県立武道館	○	滋賀県立武道館 077-521-8311
10	31	火	合気道教室	心身共に健康で活力ある生活の実現に 寄与する。	滋賀県立武道館	○	滋賀県立武道館 077-521-8311
10	中旬		親子バウンドテニス教室	体験教室	和邇市民体育館	○	滋賀県バウンドテニス協会 077-594-2343