

## スポーツ教室情報 4月～9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	問合せ先/TEL等
4～9	毎週	火・水 金	バドミントン	家族や友だちみんなと一緒に楽しく汗を流しましょう。	能登川スポーツセンター体育館	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	火・木 金	ビーチボール	ビニール製のボールでおこなう4人制のバレーボール。	能登川スポーツセンター体育館	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	火・木	スポレック	プラスチック製ラケットとスポンジボールで、安全性が高く幅広い年齢層で楽しめます。	能登川スポーツセンター体育館	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	水・木 金	ピンポン	気軽に卓球がしたい方、温泉卓球の気分を楽しめます。	能登川スポーツセンター武道館	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	土	陸上（小学4．5．6年生）	走ることはスポーツの基本。速く走りたい人集合！	能登川スポーツセンターグラウンド	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	火	バスケットボール	少しレベルは高いけれど10分程度の試合を毎回繰り返しています。	能登川中学校体育館	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	日	ソフトテニス	年齢に関係なく、楽しめるテニスです。	やわらぎの郷公園テニスコート	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	火～日	グラウンドゴルフ	大自然の中でリフレッシュ、健康づくり仲間づくりの生涯スポーツとして人気。	ふれあい運動公園グラウンドゴルフ場	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	火・金	リフレッシュヨガ	肩こり、腰痛、運動不足はもちろん日頃のストレスも発散できます。	能登川コミュニティセンター・やわらぎホール	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	月3回	金・土	フラダンス『Lei Kulaia』	ハワイアン音楽を聴きながらやさしいステップだけで、どなたでも踊れます。	能登川コミュニティセンター	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400

# スポーツ教室情報 4月-9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
4~10	月4回	土	ジュニアボート教室 ※滋賀レイクスターズ・瀬田漕艇倶楽部との共催	元日本代表コーチによる指導により、湖国の将来を担う子供たちに水上スポーツを体験できる環境を提供する。滋賀県の子供も達が、水上スポーツを体験でき、滋賀県の文化の一つとして根付いていくよう取り組む。	琵琶湖・瀬田川 (瀬田漕艇倶楽部集合)	○	公益財団法人 滋賀レイクスターズ ( <a href="http://lakesmagazine.shiga-saku.net/e1251026.html">http://lakesmagazine.shiga-saku.net/e1251026.html</a> ) 077-527-6419 ※滋賀レイクスターズ直通番号
4~3	・毎月各週日曜日は2回 ・毎週水曜日は高学年のみ夜間		彦根小学生ハンドボール教室	彦根市近隣の小学生を対象としたハンドボール教室 * 毎月各週日曜日 午前中 全学年 * 毎週水曜日夜間 19:00~20:30 高学年 * 5・6・7月 隔週の金曜日 19:30~21:00	* 日曜日：彦根ブリヂストン彦根工場体育館及び彦根市民体育センター他 * 水曜日：彦根市立東中学校体育館 * 金曜日：彦根市民体育センター等	○	滋賀県ハンドボール協会 前川和三 Tel：0749-22-1065 携帯：090-7093-1419
5~7	毎週	水	ジュニアボート・カヌー教室	ボート・カヌー教室 (毎週水曜日)	県立琵琶湖漕艇場	○	滋賀県立琵琶湖漕艇場 077-545-2165
5~7	毎週	水	レディースボート教室	ボート教室 (毎週金曜日)	県立琵琶湖漕艇場	○	滋賀県立琵琶湖漕艇場 077-545-2165
5~7	5/12-7/28(金) 全12回		親子キラにこフィットネス	リズム体操・手遊びなど、親子でふれあえる運動遊び	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~7	5/12-7/28(金) 全12回		フィットネスフラ	フラの要素を取り入れたエクササイズ	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293

## スポーツ教室情報 4月～9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	問合先/TEL等
5～7	5/12-7/28(金)		ポルドブラ&コアトレ	身体のコンディションを整えるためのエクササイズ	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5～7	5/12-7/28(金)		エンジョイエアロ	初心者向けのエアロビクス	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5～7	5/12-7/28(金)		シニア健康体操 (Aコース・Bコース)	リズム体操・ストレッチなどのいろいろな運動	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5～7	5/13-7/29(土)		ジュニアスポーツ	マット・跳び箱・ボール等を使った体操やダンス・トランポレクササイズ	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5～7	5/22-7/31(月)		スマイルフィットネス	ウォーキング・エアロビクス・筋トレ・ストレッチなど気軽にできる運動	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5～8	5/15-8/7(月)		チビッコ体操 年長クラス (Aコース・Bコース)	リズム体操やボール・マット・跳び箱・平均台・鉄棒等を使った運動遊び	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5～8	5/15-8/7(月)		太極舞&ヨガ	太極舞(中国音楽に合わせて動くゆっくりペースの有酸素運動)とヨガ	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5～8	5/17-8/2(金)		チビッコ体操 年中クラス (Aコース・Bコース)	リズム体操やボール・マット・跳び箱・平均台・鉄棒等を使った運動遊び	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5～8	5/17-8/2(金)		エアロビクス&ボディシェイプ	エアロビクスとピラティス・ヨガ・筋トレなど	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5～8	5/17-8/2(金)		ステップエアロ	ステップ台を使ったエアロビクス	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293

# スポーツ教室情報 4月-9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
5~8	5/17-8/2(金)	全12回	夜ヨガ	ヨガ(夜間コース)	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~8	5/18-8/3(木)	全12回	ヨガ(Aコース・Bコース)	ヨガ	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~11	第2 第4	日	ボート体験教室	未経験者から初心者、経験者まで幅広い層を対象にしたボート体験乗艇教室。琵琶湖上や瀬田川に漕ぎ出す。 ※1名~グループ数人での申し込みが可能。 ※コースにより瀬田川沿いの橋の下をくぐることも可能。	琵琶湖・瀬田川 (瀬田漕艇倶楽部)	○	NPO法人瀬田漕艇倶楽部 ( <a href="http://www.setarc.jp/">http://www.setarc.jp/</a> ) 077-545-9961
毎月	第1.2.3	火	楽しくフラダンス教室	楽しくフラダンス	コミュニティセンターなかさと	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1.2.3	木	貯筋運動教室	貯筋運動	コミュニティセンターひょうず	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1.2.3	木	フラダンス教室	フラダンス	野洲市総合体育館	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1.2.3	金	いきいき体操教室	いきいき体操	コミュニティセンターひょうず	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第2.4	水	健康太極拳教室	健康太極拳	コミュニティセンターひょうず	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1.3 第2.5	水 金	リラックスヨガ教室	リラックスヨガ	コミュニティセンターひょうず コミュニティセンターなかさと	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968

## スポーツ教室情報 4月～9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	問合先/TEL等
	夏休み		キッズ陸上教室	キッズ陸上	中主B&G海洋センター	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
	夏休み		キッズスイミング教室	キッズスイミング	中主B&G海洋センター	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
	毎週	月～金	サッカー教室		彦根バッティングセンター・彦根中G・多賀B&G・金亀公園G	■	NOP法人エスピロッサ 070-5503-5118
	毎週	土	陸上教室		多景公園	■	NOP法人エスピロッサ 070-5503-5118
	毎週	土	卓球教室		事務所	■	NOP法人エスピロッサ 070-5503-5118
	毎週	水	プレススポーツ教室		稲枝中体育館	■	NOP法人エスピロッサ 070-5503-5118
通年	毎週	水・土	チビッコレスリング教室	レスリングの練習	日野高校	○	日野レスリングクラブ 0748-52-6138
通年	毎週	水・日	チビッコレスリング教室	レスリングの練習	栗東高校	○	栗東クラブ 077-553-3350
通年	毎週	土	チビッコレスリング教室	レスリングの練習	草津市立総合体育館	○	滋賀レイクスターズ 077-527-6419
通年	毎週	火～金	はじめてのピンポン	初心者の卓球教室 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

## スポーツ教室情報 4月－9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	問合せ先/TEL等
通年	毎週	水・金	はじめてのテニス	初心者のテニス教室 当日受付/1回300円	栗東運動公園 テニスコート	○	(公財) 栗東市体育協会 077-553-4321
通年	毎週	水	ステップアップ・テニス	中級者向けのテニス教室 当日受付/1回300円	栗東運動公園 テニスコート	○	(公財) 栗東市体育協会 077-553-4321
通年	毎週	木	ジュニアテニス教室	初歩的なテニス教室 小学2～6年生対象	栗東運動公園 テニスコート	○	(公財) 栗東市体育協会 077-553-4321
通年	毎週	水・金	はじめての卓球・野洲ポン	初心者の卓球教室 当日受付/1回300円	野洲川体育館	○	野洲川体育館 077-553-1006
通年	毎月 3-4回	土	栗東陸上教室	陸上教室 小学4～6年生対象	野洲川運動公園 陸上競技場	○	野洲川体育館 077-553-1006
随時			ペタンク体験教室	ペタンク出張講座	4m×10mのコートが 描ける処なら何処でも	○	滋賀県ペタンク・ブール連盟 事務局 077-562-8041