

スポーツ教室情報 7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
7	1	土	キッズサッカー教室（前期）	4才～小学校就学前の幼児を対象（5/13～全8回）	未確定	■	公益社団法人草津市体育協会 TEL077-568-5300
7	1	土	ガールズサッカー教室（前期）	小学校1～3年生女子を対象（5/13～全8回）	未確定	■	公益社団法人草津市体育協会 TEL077-568-5300
7	4・11	火	輝き・シニアスポーツデー 1期	各種レクリエーションまたは健康体づくり運動 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
7	4 11・25	火	ヨガストレッチ 春コース	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・体づくりの習慣化を図る。	滋賀県立スポーツ会館 3階	○	滋賀県立スポーツ会館 077-522-0301
7	4 11・25	火	気軽にピラティス 春コース	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・体づくりの習慣化を図る。	滋賀県立スポーツ会館 3階	○	滋賀県立スポーツ会館 077-522-0301
7	5・12	水	キッズサッカー教室（水曜コース前期） 5/17.24.31 6/7.14.21.28 7/5.12 9/6.13.20.27	プレゴールデンエイジからゴールデンエイジ期にある幼児・小学生を対象としたサッカー教室。子どもの運動能力や体力の低下に歯止めをかけるとともに、サッカーの楽しさを知ってもらう。	滋賀県立彦根総合運動場 陸上競技場		滋賀県立彦根総合運動場 0749-23-4911

スポーツ教室情報 7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
7	5・12	水	キッズスポーツ教室 5/17.24 6/7.14.21.28 7/5.12 9/6.13.27	ゴールデンイグである小学生4年生から6年生を対象に、動きの巧みさをもっとも習得しやすいその特徴を生かし、陸上競技を基本とした走・跳の運動を取り入れ、将来多種目競技に適応する身体づくりを行い、競技レベルを向上を目指した活動を展開する。	滋賀県立彦根総合運動場 陸上競技場		滋賀県立彦根総合運動場 0749-23-4911
7	6	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
7	6・13 20・27	木	シニアいきいき運動教室	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
7	8・15 22・29	土	ジュニアアスリートクラブ 5/13.20.27 6/3.17 7/8.15.22.29 8/19.26 9/2.9.30	ゴールデンイグである小学生4年生から6年生を対象に、動きの巧みさをもっとも習得しやすいその特徴を生かし、陸上競技を基本とした走・跳の運動を取り入れ、将来多種目競技に適応する身体づくりを行い、競技レベルを向上を目指した活動を展開する。	滋賀県立彦根総合運動場 陸上競技場		滋賀県立彦根総合運動場 0749-23-4911

スポーツ教室情報 7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
7	11・25	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
7	15 22・29	土	キッズサッカー教室 (土曜コース) 5/13.20.27 6/17 7/15.22.29 8/26 9/2.9.30	プレゴールデンエイジからゴールデン エイジ期にある幼児・小学生を対象とし たサッカー教室。子どもの運動能力や体 力の低下に歯止めをかけるとともに、 サッカーの楽しさを知ってもらう。	滋賀県立彦根総合運動場 陸上競技場		滋賀県立彦根総合運動場 0749-23-4911
7	22	土	ソフトテニス教室 (全6回)	小学4年生以上を対象に基礎からゲーム まで	運動公園テニスコート	■	守山市体育協会事務局 077-583-3113
7	下旬		ジュニアバドミントン教室	小学4~6年生を対象にした初歩的なバ ドミントン教室。全6回	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
7	各週	水	スポーツアカデミー 1期 3・4・5 K I D S	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
7	各週	水	スポーツアカデミー 1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
7	各週	木	スポーツアカデミー 1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
7	各週	木	スポーツアカデミー 1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
7	各週	水	ピラティス コンディショニング 1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・体づくりの習慣化を図る。	滋賀県立スポーツ会館 3階	○	滋賀県立スポーツ会館 077-522-0301