

スポーツ教室情報 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 |
|---|----------------|----|----------------------------|---|-----------------------|----|----------------------------|
| 9 | 1 | 土 | 守山市初級テニス教室 (予備日含む全7回) | 市内在住、在勤、在学の初級者を対象 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 |
| 9 | 6 | 木 | もりやま卓球教室 (2クール目) (全4回) | 県内在住卓球愛好者を対象 とし、基礎から応用まで練習 | 市民体育館 | ■ | 守山市体育協会事務局 077-583-3113 |
| 9 | 5・12・19・ 26 | 水 | スポーツアカデミー 2期 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 |
| 9 | 5・12・19・ 26 | 水 | avexダンスプログラム ダンスボックスクラス | avexの楽曲を使った各種ダンス | 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 |
| 9 | 5・12・19・ 26 | 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 3階 | ○ | 滋賀県立スポーツ会館 077-522-0301 |
| 9 | 6・13・20・ 27 | 木 | avexダンスプログラム ダンスマスタークラス | avexの楽曲を使った各種ダンス | 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 |