

## 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	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	○	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	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	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	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	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	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	水・木 金	ピンポン	気軽に卓球がしたい方、温泉卓球の気分で楽しめます	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	開園日	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	月2回	火or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
4～9 8月は休講	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	第2・4	土	フリーピンポン	4人一組で、フリーピンポンの連続ラリーができるよう、練習する。	野洲市泰284 「しん・しん」	○	日本フリーピンポン協会 辻本 昇 077-587-0247
夏季	4回	未定	カヌー教室	恵まれた自然の中で楽しい夏の思い出をつくろう	能登川水車とカヌーランド	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
	夏休み		さざなみ教室	学習・運動	中主中学校・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		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

月	日	曜日	教室名	内容	場所	記号	問合せ/TEL等
	夏休み		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
毎月2回	基本第 2・4	日	彦根小学生ハンドボール教室 小学生全学年 及び 幼稚園・保育園の年長組さん対 象	ハンドボール AM9:30~ 11:30	ブリヂストン彦根工場体育館 パナソニック体育館	○	前川和三 090-7093-1419
毎月	第1	月	親子リトミック教室	リズムにあわせて体を動かす	余呉高齢者福祉センター	■	余呉はごろもクラブ 0749-86-8126
毎月	第1・2. 第3	火	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・3 第2・4	水・金	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
毎月	第2・4	水	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・2. 第3	木	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. 第3	木	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. 第3	金	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
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)栗東市スポーツ協会 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)栗東市スポーツ協会 077-553-4321
通年	毎週	水	かんたんストレッチ教室	誰でも楽しめる運動教室 当日受付/1回300円	治田西スポーツセンター	○	治田西スポーツセンター 077-554-0169
通年	毎週	水	ジュニアレスリング教室	初心者大歓迎! 小学1~6年生対象	栗東市民体育館 第1アリーナ	○	(公財)栗東市スポーツ協会 077-553-4321
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)栗東市スポーツ協会 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	毎週	木	ステップアップ・ピンポン	中級者向けの卓球教室 1回300円(※7・8月は休み)	栗東市民体育館 第1アリーナ	○	(公財)栗東市スポーツ協会 077-553-4321

月	日	曜日	教室名	内容	場所	記号	問合せ先/TEL等
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)栗東市スポーツ協会 077-553-4321
通年	毎週	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)栗東市スポーツ協会 077-553-4321
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
通年	毎週	土	かんたんエアロ&ストレッチ	誰でも楽しめる運動教室 当日受付/1回300円	十里体育館	○	十里体育館 077-553-1701
	毎週	月・水 木・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
	毎週	月・金・土	ビーチボールクラブ	ビーチボールの練習	余呉小中学校	■	余呉はごろもクラブ 0749-86-8126
	毎週	火・水・木	カクミヤHC彦根ハンドボール教室	ハンドボールpm19:00～21:00	鳥居本中学校体育館	○	原 嘉津雄 090-5048-7649
	毎週	水	チビッコレスリング教室	レスリングの練習	栗東市民体育館	○	栗東クラブ 077-553-3350
	毎週	水	彦根小学生ハンドボール教室 小学生高学年(4年生～)対象	ハンドボール PM19:00～ 20:30	彦根市立東中学校 体育館	○	前川和三 090-7093-1419
	毎週	水・金	長浜相撲教室	相撲競技者育成プログラム 4歳～高校生	長浜市相撲連盟土俵	■	滋賀県相撲連盟 090-8935-2762
	毎週	木	チャンバラフィットネス	殺陣、演武	西浅井体育館	○	奥びわ湖スポーツクラブ事務局 090-1223-9361
	毎週	木・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
	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
	不定期	土・日	大津相撲教室	相撲競技者育成プログラム 4歳～高校生	県立武道館相撲場	■	滋賀県相撲連盟 090-8935-2762
未	定		キッズスポーツ	体を使って	余呉体育施設内	■	余呉はごろもクラブ 0749-86-8126
未	定		卓球クラブ	卓球を楽しむ	余呉体育館	■	余呉はごろもクラブ 0749-86-8126

月	日	曜日	教室名	内容	場所	記号	問合せ先/TEL等
未	定		ニュースポーツ	ユニカール他紹介	各自治会等	■	余呉はごろもクラブ 0749-86-8126