

スポーツ教室情報 10月～3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
8～10	8/25～10/23	(日)	セーリング教室	セーリング	松原水泳場沖	○	(一社)彦根市スポーツ協会 0749-30-9674
9～10	9/10～10/19	(火・土)	すこやか弓道教室	弓道	彦根市弓道場	○	(一社)彦根市スポーツ協会 0749-30-9674
9～11	9/1～11/14	(木)	ヨガ(Aコース・Bコース) 全10回	ヨガ	彦根市 人権福祉交流会館 ディルーム	■	彦根市教育委員会保健体育課 0749-24-7975
9～11	9/4～11/13	(水)	チビッコ体操 年中コース 全10回	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	彦根市子どもセンター アリーナ	■	彦根市教育委員会保健体育課 0749-24-7975
9～11	9/4～11/13	(水)	エアロビクス&ボディシェイプ 全10回	エアロビクスとピラティス・ヨガ・筋トレなど	彦根市 鳥居本地区公民館 大会議室	■	彦根市教育委員会保健体育課 0749-24-7975
9～11	9/6～11/8	(金)	シニア健康体操 (Aコース・Bコース) 全10回	リズム体操・ストレッチなどのいろいろな運動	ひこね燦ばれす 多目的ホール	■	彦根市教育委員会保健体育課 0749-24-7975
9～11	9/18～11/27	(水)	ステップエアロ教室	ステップエアロ	ひこね市文化プラザ	○	(一社)彦根市スポーツ協会 0749-30-9674
9～11	9/18～11/27	(水)	夜ヨガ教室	ヨガ	ひこね市文化プラザ	○	(一社)彦根市スポーツ協会 0749-30-9674
9～12	9/2～12/9	(月)	チビッコ体操 年長コース 全10回	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	彦根市子どもセンター アリーナ	■	彦根市教育委員会保健体育課 0749-24-7975
9～12	9/2～12/9	(月)	太極舞&ヨガ 全10回	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 高宮地域文化センター 多目的ホール	■	彦根市教育委員会保健体育課 0749-24-7975

スポーツ教室情報 10月～3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
9～12	9/7～12/7 (土)		親子キラにこフィットネス全10回	リズム体操・手遊びなど、親子でふれあえる運動遊び	彦根市子どもセンター多目的室	■	彦根市教育委員会保健体育課 0749-24-7975
9～12	9/7～12/7 (土)		フィットネスフラ全10回	フラの要素を取り入れたエクササイズ	彦根市子どもセンター多目的室	■	彦根市教育委員会保健体育課 0749-24-7975
9～12	9/6～12/20 (金)		ボディケアヨガ教室	ボディケアヨガ	稲枝商工会館	○	(一社)彦根市スポーツ協会 0749-30-9674
9～12	9/20～12/20 (金)		ポルドブラ&コアトレ教室	ポルドブラ&コアトレ	ひこね市文化プラザ	○	(一社)彦根市スポーツ協会 0749-30-9674
9～12	9/20～12/20 (金)		エンジョイエアロ教室	エンジョイエアロ	ひこね市文化プラザ	○	(一社)彦根市スポーツ協会 0749-30-9674
9～12	毎月3-4回	木	ジュニアなんでも運動教室(中期)	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1アリーナ	○	栗東市民体育館 077-553-4321
9	28～	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スポーツ協会 TEL077-568-5300
9	28～	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スポーツ協会 TEL077-568-5300
10～11		木	弓道教室	初心者を対象に、弓道(近的)の心構えと技術を教授し、武道の普及・振興を図る。	滋賀県立武道館	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-521-8311
10～11		木	弓道小学生・中学生コース	ジュニア期からの一貫した指導理念に基づいた選手強化事業として定着させる。さらには2巡目滋賀国スポ(令和6年開催)を見据えた選手育成・強化をねらい実施する。	滋賀県立武道館	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-521-8311

スポーツ教室情報 10月～3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
10～11		土	相撲教室	小学生以上を対象に、気軽に相撲を体験する中で興味・関心を高め、本格的な取り組みへの足がかりとする。	滋賀県立武道館	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-521-8311
10～12		土	親子英語DEエクササイズ教室	小学校にて英語の教科化の動きがある中、早期に英語に親しむ機会を提供する。「英語」と「エクササイズ」と「親子のふれあい」がひとつになったレッスンです。	滋賀県立武道館	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-521-8311
10～2		水	ビームライフル射撃教室	2巡目国体に向けての、強化対策事業。ジュニア期からの取り組みにより底辺拡大と育成に努める。初心者を対象とした、教室を開催することによりライフル射撃の技術やマナーを修得させ、ライフル射撃競技の普及、振興を目的とする。	滋賀県立武道館	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-521-8311
10～3	毎週	火	小学生バレーボール教室	小学生対象のバレーボール教室	YMITアリーナ	○	YMITアリーナ 077-563-1265
10～3	毎週	火	小学生バスケットボール教室	滋賀レイクスターズ所属選手による小学生対象のバスケットボール教室	YMITアリーナ	○	YMITアリーナ 077-563-1265
10～3	毎週	水	小学生スポーツ教室	小学生低学年を対象としたスポーツ教室	草津市立総合体育館	○	草津市立総合体育館 077-568-3150
10～3	毎週	金	スタイルエクサ+K体験教室	一般女性対象のスタイルエクサ+Kの体験教室	YMITアリーナ	○	YMITアリーナ 077-563-1265
10～3	毎週	土	小学生レスリング教室	滋賀レイクスターズ所属選手による小学生対象のレスリング教室	草津市立総合体育館	○	草津市立総合体育館 077-568-3150
10～3	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 (水曜日夜は、初心者クラス)	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
10～3	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
10～3	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

スポーツ教室情報 10月～3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
10～3	毎週	火	ネットでポンポイ	東近江市発祥のスポーツで、専用ネットを使い、ボールを相手コートに放つ楽しい種目	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
10～3	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

スポーツ教室情報 10月～3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
10～3	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
10～3	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
10～3	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
10～3	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
10～3	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
12～3	毎月3-4回	木	ジュニアなんでも運動教室(後期)	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1アリーナ	○	栗東市民体育館 077-553-4321
1～3	1/6～3/23(月)		太極舞&ヨガ全10回	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 高宮地域文化センター 多目的ホール	■	彦根市教育委員会保健体育課 0749-24-7975
1～3	1/8～3/11(水)		エアロビクス&ボディシェイプ 全10回	エアロビクスとピラティス・ヨガ・ 筋トレなど	彦根市 鳥居本地区公民館 大会議室	■	彦根市教育委員会保健体育課 0749-24-7975
1～3	1/9～3/12(木)		ヨガ(Aコース・Bコース) 全10回	ヨガ	彦根市 人権福祉交流会館 ディルーム	■	彦根市教育委員会保健体育課 0749-24-7975
1～3	1/10～3/27(金)		シニア健康体操 (Aコース・Bコース)全10回	リズム体操・ストレッチなどのいろ いろな運動	ひこね燦ばれす 多目的ホール	■	彦根市教育委員会保健体育課 0749-24-7975
1～3	1/8～3/18(水)		ステップエアロ教室	ステップエアロ	ひこね市文化プラザ	○	(一社)彦根市スポーツ協会 0749-30-9674
1～3	1/8～3/18(水)		夜ヨガ教室	ヨガ	ひこね市文化プラザ	○	(一社)彦根市スポーツ協会 0749-30-9674
1～3	1/10～3/13(金)		ボディケアヨガ教室	ボディケアヨガ	稲枝商工会館	○	(一社)彦根市スポーツ協会 0749-30-9674

スポーツ教室情報 10月～3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
1～3	1/10～3/27 (金)		ポルドブラ&コアトレ教室	ポルドブラ&コアトレ	ひこね市文化プラザ	○	(一社)彦根市スポーツ協会 0749-30-9674
1～3	1/10～3/27 (金)		エンジョイエアロ教室	エンジョイエアロ	ひこね市文化プラザ	○	(一社)彦根市スポーツ協会 0749-30-9674
毎月	第1.2.3	火	楽しくフラダンス	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	筋力を貯金する運動	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	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

スポーツ教室情報 10月-3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
毎月	第1,2,3	金	いきいき体操	高齢者向けの運動]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2,4	水	健康太極拳	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2,4	土	フリーピンポン		野洲284「しん・しん」	○	日本フリーピンポン協会事務局 池上 0748-33-7220
毎月	第1,3 第2,4	水 金	リラックスヨガ	ヨガ]コミュニティセンターひょうず]コミュニティセ	○	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	○	栗東市民体育館 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	○	栗東市民体育館 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	○	栗東市民体育館 077-553-4321
通年	毎月2回	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	○	栗東市民体育館 077-553-4321
通年	毎月2-4回	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	栗東市民体育館 第1アリーナ	○	栗東市民体育館 077-553-4321
通年	毎月3-4回	水	かんたんストレッチ教室	誰でも楽しめるストレッチ講座 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	毎月3-4回	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	○	栗東市民体育館 077-553-4321
通年	毎月3-4回	土	かんたんエアロ&ストレッチ教室	誰でも楽しめるストレッチ講座 当日受付/1回300円	十里体育館	○	十里体育館 077-553-1701
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

スポーツ教室情報 10月－3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	毎月4回	水	ジュニアレスリング教室	初心者から参加できる教室 小学1～6年生対象	栗東市民体育館 第1アリーナ	○	栗東市民体育館 077-553-4321
通年	毎月4回	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	○	栗東市民体育館 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		火	剣道教室	剣道を始めようとする人や、剣道を愛好し昇級・昇段を目指す人を対象に、技能や能力に応じた指導を行い、県内の剣道の普及振興と底辺拡大に寄与する	滋賀県立武道館	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-521-8311
通年		火	合気道教室	合気道を通して、心身ともに健康でたくましく活力ある生活の実現に寄与する。	滋賀県立武道館	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-521-8311
通年		火	ライフアップスポーツ	中高年者の生涯スポーツ活動を促進するため、軽スポーツ（レクリエーション・バドミントン・卓球等）に親しむ機会を提供する。	ウカルちゃんアリーナ	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-524-0021
通年		火	ジュニア強化バドミントンスクール	国際大会の舞台や2巡目国スポにむ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・武道館管理センター 077-524-0021
通年		火・木	バドミントン教室	参加者の健康・体力の増進を図る。	ウカルちゃんアリーナ	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-524-0021
通年		水	なかよしスポーツ教室	幼児・小学生を対象に、仲良く楽しく運動を行ってもらうことで、スポーツへの興味・関心を高める。トランプ、ラダー、ハードル等を活用した運動・遊びを通して、幼少期に必要な神経感覚（バランス・リズム・敏捷性）の育成に努める。	ウカルちゃんアリーナ	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-524-0021

スポーツ教室情報 10月－3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		水	スポーツデー	家族、職場のサークル等で気楽に参加できる事業として実施し、スポーツの生活化・底辺拡大を図り、利用促進を目指す。	ウカルちゃんアリーナ	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-524-0021
通年		木	柔道教室	柔道を始めようとする人や、柔道を愛好し昇段を目指す人を対象に、技能や能力に応じた指導を行い、県内の柔道の普及振興と底辺拡大に寄与する	滋賀県立武道館	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-521-8311
通年		木	フラダンス教室	身体を動かすことにより、シェイプアップ、心身のリフレッシュを図り、健康・体力づくりの増進に努める。	滋賀県立武道館	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-521-8311
通年		木	ジュニア強化剣道教室	ジュニア期からの一貫した指導理念に基づいた選手強化事業として定着させる。さらには2巡目滋賀国スポ（令和6年開催）を見据えた選手育成・強化をねらい実施する。	滋賀県立武道館	○	滋賀県立体育館・武道館管理センター 077-521-8311
申込があれば随時対応			ペタンクお出掛け体験教室	ペタンク愛好者普及活動	5×15mのコートが描ける所なら何処でも対応（ご要望があれば、いつでもどこでもお伺いします）	○	滋賀県ペタンク・プール連盟 077-5692-8041（北川）