

# スポーツ教室情報 12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
12	1	木	長浜バイオ大学ドーム 子育てママのピラティス&ヨガ (第2期) 託児有り	託児所を設け、運動を行う機会が少ない子育て期の女性に参加の機会を提供し、ヨガやピラティスの呼吸を用いながら体の奥の筋肉をしなやかに丈夫な筋肉に鍛えるエクササイズを行う。	長浜バイオ大学ドーム 練習室 託児：第2会議室	○	長浜バイオ大学ドーム 0749-64-0808
12	1	土	弓道小学生・中学生コース	滋賀県弓道連盟推薦講師による、4巡目滋賀国体に向けた強化対象事業。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。	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
12	1	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
12	1・8 15	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	○	(公財)栗東市体育協会 077-553-4321
12	1・8 15・22	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)栗東市体育協会 077-553-4321
12	1・8 15・22	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～小学3年生対象	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
12	1・8 15・22	木	長浜バイオ大学ドーム ジュニアスポーツアカデミー (ソフトテニス)	生涯を通して運動に親しむ態度や能力を育成し、将来各種スポーツに取り組むための基礎となる運動能力や幅広く応用できる力を身につけることを目的とする。	長浜バイオ大学ドーム 屋内グラウンド	○	長浜バイオ大学ドーム 0749-64-0808
12	3	土	軟式野球教室	未定	草津グリーンスタジアム	■	公益社団法人草津市体育協会 TEL 077-568-5300

# スポーツ教室情報 12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
12	3・17	土	リズム体操	誰でも楽しめる体操講座 当日受付/1回200円	十里体育館	○	十里体育館 077-553-1701
12	6・13 20	火	柔道教室	基本を中心に応用技能まで習得させ、 昇級・昇段を目標に指導する。	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
12	6・13 20	火	剣道教室	初心者から昇級・昇段を目指す方 で、各自の技能に応じて指導を行います。	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
12	6・13 20	火	合気道教室	合気道を通して、心身ともに健康で逞 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
12	6・20	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
12	7・14 21	水	幼児スポーツ教室 3期	体づくり運動・鉄棒・マット・跳び 箱・トランポリン・縄跳びなど	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
12	7・14 21	水	ジュニアスポーツ教室 3期	体づくり運動・鉄棒・マット・跳び 箱・トランポリン・縄跳びなど	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
12	7・14 21	水	ピラティス コンディショニング教室 3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

## スポーツ教室情報 12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
12	8・15 22	木	ジュニアアスリート教室	小学生を対象に、感覚・筋力・柔軟性を養い、多種目競技に適応する身体をつくり、将来、国体を目指す選手の育成・強化を図る。	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
12	10	土	子ども卓球教室	卓球の体験教室 小学3年～中学生対象	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
12	11	日	体の使い方教室	歩行、バランス、ジャンプ ストレッチなど	長浜バイオ大学ドーム 練習室	○	滋賀県立障害福祉センター 077-564-7327
12	14・21	金	ビームライフル射撃教室	ライフル射撃の技術やマナーを習得できる初心者を対象とした、教室を開催します。	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
12	23	金	フットサル教室	子ども対象フットサル教室	守山小学校体育館	■	守山会館 077-583-5229
12	25～28	日～水	12月冬休み短期教室	スケート基礎技術の習得	滋賀県立アイスアリーナ	○	滋賀県立アイスアリーナ 077-547-5566
12	29	木	スキー学校④ (12/29～12/31) (事前申込)	初心者から上級者まで子供も参加できる内容です。申込締切12月15日	白馬コルチナススキー場	○	岸邊 (きしべ) まで TEL077-527-8501 (転送1番)