

# スポーツ教室情報 6-9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	問合先/TEL等
5/11~7/6			ジュニアテニス教室	テニス教室	浅井文化スポーツ公園	○	長浜市浅井B & G海洋センター 0749-74-3355
5/17~6/9			硬式テニスナイター教室	テニス教室	浅井文化スポーツ公園	○	長浜市浅井B & G海洋センター 0749-74-3355
5/10~7/12			ピラティス教室	ピラティス教室	長浜市浅井B & G海洋センター トレーニングルーム	○	長浜市浅井B & G海洋センター 0749-74-3355
5/12~7/14			ヨガ教室	ヨガ教室	長浜市浅井B & G海洋センター トレーニングルーム	○	長浜市浅井B & G海洋センター 0749-74-3355
5/10~7/19			幼児器械体操教室	体操教室	長浜市浅井B & G海洋センター 体育館	○	長浜市浅井B & G海洋センター 0749-74-3355
5/10~7/19			ジュニア器械体操教室	体操教室	長浜市浅井B & G海洋センター 体育館	○	長浜市浅井B & G海洋センター 0749-74-3355
5/26~8/4			ジュニア器械体操塾チャレンジ	体操教室	長浜市民体育館アリーナ	○	公益財団法人長浜文化スポーツ振興事業団0749-63-9806
5/18~8/3			ジュニア器械体操塾	体操教室	長浜市民体育館アリーナ	○	公益財団法人長浜文化スポーツ振興事業団0749-63-9806
5/18~8/3			キッズ器械体操塾	体操教室	長浜市民体育館アリーナ	○	公益財団法人長浜文化スポーツ振興事業団0749-63-9806
5~7	5/7~ 7/9	土	愛荘町アーチェリー教室	技術指導	愛荘町中央スポーツ公園	■	滋賀県アーチェリー協会事務局 辰巳 勉 0749-24-2009

# スポーツ教室情報 6-9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	問合先/TEL等
5~7		水	はじめてのフィットネス フラダンス教室	フィットネス フラダンス教室	長浜市民体育館	○	公益財団法人長浜文化スポーツ振 興事業団0749-63-9806
5~7		水	～太極拳～タイチーダンス教室	太極拳舞踊教室	長浜市民体育館	○	公益財団法人長浜文化スポーツ振 興事業団0749-63-9806
5~7		水	初心者バドミントン教室	バドミントン教室	長浜市民体育館	○	公益財団法人長浜文化スポーツ振 興事業団0749-63-9806
5~7		月	ナイター硬式テニス教室	硬式テニス教室	長浜市民体育館	○	公益財団法人長浜文化スポーツ振 興事業団0749-63-9806
5~7		木	10歳若返り美身体づくり リンパストレッチ教室	軽ストレッチ	長浜市民体育館	○	公益財団法人長浜文化スポーツ振 興事業団0749-63-9806
5~7		木	姿勢改善・疲労回復ストレッチ ポール教室	ストレッチポールを使用し 体感筋力アップと姿勢改善	長浜市民体育館	○	公益財団法人長浜文化スポーツ振 興事業団0749-63-9806
5~7		水	ビューティヨガ教室夜コース	ヨガ教室	長浜市民体育館	○	公益財団法人長浜文化スポーツ振 興事業団0749-63-9806
5~7		火	ビューティヨガ教室昼コース	ヨガ教室	長浜市民体育館	○	公益財団法人長浜文化スポーツ振 興事業団0749-63-9806
5~7		月	ボディーケアヨガ教室①と②	ヨガ教室	長浜市民体育館	○	公益財団法人長浜文化スポーツ振 興事業団0749-63-9807
5~7		火	おやこDEあそびクス教室	音楽に合わせて親子でリズム体操	長浜市民体育館	○	公益財団法人長浜文化スポーツ振 興事業団0749-63-9808

# スポーツ教室情報 6-9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	問合先/TEL等
5~7	5/13 ~ 7/29	金	ポルドブラ&コアトレ (全12回)	身体のコンディションを整えるためのエクササイズ	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~7	5/13 ~ 7/29	金	エンジョイエアロ (全12回)	初心者向けのエアロビクス	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~7	5/13 ~ 7/29	金	シニア健康体操 (Aコース・Bコース) (全12回)	リズム体操・ストレッチなどのいろいろな運動	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~7	5/23 ~ 7/25	月	スマイルフィットネス (全8回)	ウォーキング・エアロビクス・筋トレ・ストレッチなど気軽にできる運動	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~8	5/13 ~ 8/19	金	親子キラにこフィットネス (全12回)	リズム体操・手遊びなど、親子でふれあえる運動遊び	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~8	5/18 ~8/3	水	チビッコ体操 年中クラス (Aコース・Bコース) (全12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	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~8	5/16 ~8/8	月	チビッコ体操 年長クラス (Aコース・Bコース) (全12回)		彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~8	5/7~ 8/6	土	ジュニアスポーツ (全12回)	マット・跳び箱・ボール等を使った体操やダンス・トランポレクササイズ	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~8	5/9~ 8/8	月	太極舞&ヨガ	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	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~8	5/18 ~8/3	水	エアロビクス&ボディシェイプ (全12回)	エアロビクスとピラティス・ヨガ・筋トレなど	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293

## スポーツ教室情報 6-9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
5~8	5/18 ~8/3	水	ステップエアロ (全12回)	ステップ台を使ったエアロビクス	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~8	5/18 ~8/3	水	夜ヨガ (全12回)	ヨガ	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~8	5/19 ~ 8/18	木	ヨガ (Aコース・Bコース) (全12回)	ヨガ	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~8	5/13 ~ 8/19	金	フィットネスフラ (全12回)	フラの要素を取り入れたエクササイズ	彦根市民体育センター	■	彦根市民体育センター 0749-23-2293
5~10	月 4 回	土	ジュニアボート教室 ※滋賀レイクスターズ・瀬田漕艇倶楽部との共催	元日本代表コーチによる指導により、湖国の将来を担う子供たちに水上スポーツを体験できる環境を提供する。滋賀県の子ども達が、水上スポーツを体験でき、滋賀県の文化の一つとして根付いていくよう取り組む。	琵琶湖・瀬田川 (瀬田漕艇倶楽部集合)	○	公益財団法人 滋賀レイクスターズ ( <a href="http://lakesmagazine.shiga-saku.net/e1251026.html">http://lakesmagazine.shiga-saku.net/e1251026.html</a> ) 077-527-6419 ※滋賀レイクスターズ直通番号
5~11	第2 第4	日	ボート体験教室	未経験者から初心者、経験者まで幅広く層を対象にしたボート体験乗艇教室。琵琶湖上や瀬田川に漕ぎ出す。 ※1名~グループ数人での申し込みが可能。 ※コースにより瀬田川沿いの橋の下をくぐることも可能。	琵琶湖・瀬田川 (瀬田漕艇倶楽部)	○	NPO法人瀬田漕艇倶楽部 ( <a href="http://www.setarc.jp/">http://www.setarc.jp/</a> ) 077-545-9961

# スポーツ教室情報 6-9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/TEL等
6~9	18~24	土	キッズサッカー教室（土曜コース） 6/18 6/25 7/16 8/27 9/24	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おう。	滋賀県立彦根総合運動場陸上競技場		彦根総合運動場 0749-23-4911
6~9	1~28	水	キッズサッカー教室（水曜コース前期） 6/1 6/8 6/15 6/22 6/29 7/6 7/13 7/20 8/24 8/31 9/7 9/14 9/21 9/28	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おう。	滋賀県立彦根総合運動場陸上競技場		彦根総合運動場 0749-23-4911
6~9	4~24	土	ジュニア・アスリートクラブ 6/4 6/18 6/25 7/16 7/23 7/30 8/27 9/24	ゴールデンエイジである小学生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		彦根総合運動場 0749-23-4911
6~9	8~28	水	キッズスปีツアカデミー 6/8 6/15 6/29 7/6 7/13 8/31 9/7 9/21 9/28	陸上競技を中心に、走・跳・転の動きを実施。幼児期の特性を生かすため、様々な動きを体験させ、巧緻性を向上させる。動き作り、音を合図に動きを変える、ラダーを使って様々な方向へジャンプする、鬼ごっこ等により相手との距離感をつかむ、走りのトレーニング、ミルトル、ラダーを使って走りの動き作り、様々な体勢からのスタートなどの運動を行う。	滋賀県立彦根総合運動場陸上競技場		彦根総合運動場 0749-23-4911

# スポーツ教室情報 6-9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/TEL等
9~10	9/24 ~ 10/22	土	愛荘町アーチェリー教室	技術指導	愛荘町中央スポーツ公園	■	滋賀県アーチェリー協会事務局 辰巳 勉 0749-24-2009
9~10		火 水・金	幼児スケート教室	スケートの基礎技術の習得	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
9~10		火・水 金・日	ジュニアスケート教室	スケートの基礎技術の習得	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
9~10		日	ショートトラック教室	ショートトラックの基礎技術の習得	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
9~10		月	親子スケート教室	スケートの基礎技術の習得	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
毎月	隔週 (月2 回)	土	ウォーキング教室	主にストックを用い、自然豊かな地域 で健康づくりを目指して歩く。	木戸小学校周辺	○	NPO法人BIWAKO SPORTS CLUB 事務局 090-3865-0722
毎月	第1~3	火	楽しくフラダンス	月3回	コミセンなかさと	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1・3	水	リラックスヨガ(水)	月2回	コミセンひょうず	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第2・4	金	リラックスヨガ(金)	月2回	コミセンなかさと	○	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	月2回	コミセンひょうず	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1~3	木	フラダンス	月3回	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 6-9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/TEL等
毎月	第1~3	木	貯筋運動	月3回	コミセンひょうず	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1~3	金	いきいき体操	月3回	中主B & G海洋センター体育館	○	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) 栗東市体育協会 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	栗東運動公園田ニスコート	○	(公財) 栗東市体育協会 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	栗東運動公園田ニスコート	○	(公財) 栗東市体育協会 077-553-4321
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	栗東運動公園田ニスコート	○	(公財) 栗東市体育協会 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
	毎週	水・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	水・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
通年	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

## スポーツ教室情報 6-9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	問合先/TEL等
通年	毎週	月～金	サッカー教室	サッカー教室	彦根バッティングセンター・彦根中G・多賀B&G・金亀公園G	■	NPO法人エスピロッサ 雨森 理亮 TEL 070-5503-5118
通年	毎週	土	陸上教室	陸上教室	多景公園	■	NPO法人エスピロッサ 雨森 理亮 TEL 070-5503-5118
通年	毎週	土	卓球教室	卓球教室	事務所	■	NPO法人エスピロッサ 雨森 理亮 TEL 070-5503-5118