

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	2・9 30	土	キッズサッカー教室（土曜コース） 5/13.20.27 6/17 7/15.22.29 8/26 9/2.9.30	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う。	滋賀県立彦根総合運動場 陸上競技場		滋賀県立彦根総合運動場 0749-23-4911
9	2・9 30	土	ジュニア・アスリートクラブ 5/13.20.27 6/3.17 7/8.15.22.29 8/19.26 9/2.9.30	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		滋賀県立彦根総合運動場 0749-23-4911
9	5 12・26	火	ヨガストレッチ 秋コース	姿勢、呼吸、瞑想を主としたエクササイズ。リラクゼーションを取り入れることにより、筋肉をゆるめ血液やリンパの流れを促し自然治癒を取り戻し、むくみや冷え性、疲労など体質改善、姿勢改善、骨盤矯正を行い、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 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	5 12・26	火	気軽にピラティス 秋コース	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	水	キッズサッカー教室（水曜コース前期） 5/17.24.31 6/7.14.21.28 7/5.12 9/6.13.20.27	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う。	滋賀県立彦根総合運動場 陸上競技場		滋賀県立彦根総合運動場 0749-23-4911
9	6・13 27	水	キッズスポーツ教室 5/17.24 6/7.14.21.28 7/5.12 9/6.13.27	「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		滋賀県立彦根総合運動場 0749-23-4911
9	7	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	7・14 21・28	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

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	問合先/TEL等
9	7・14 21・28	木	シニアいきいき運動教室	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
9	7・14 21・28	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～年長児対象	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
9	12・26	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
9	各週	水	スポーツアカデミー 2期 3・4・5 KIDS	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	各週	水	スポーツアカデミー 2期 ジュニアコース	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	各週	木	スポーツアカデミー 2期 ジュニアコース	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	各週	木	スポーツアカデミー 2期 アスリートコース	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	各週	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