

## スポーツ教室情報 7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
7	2・9	月	幼児スポーツクラブ（I期）	未就園児を対象としたボールを使う運動や体操マット・鉄棒などを楽しむ教室	市民体育館	■	公益財団法人守山市文化体育振興事業団 市民体育館 077-583-5354 ※申込時期が異なります。 お問い合わせ下さい。
			ジュニアスポーツクラブ（I期）	小学生を対象とした色々なスポーツを体験する教室	市民体育館	■	公益財団法人守山市文化体育振興事業団 市民体育館 077-583-5354 ※申込時期が異なります。 お問い合わせ下さい。
7	2・9・23	月	健康体操クラブ（I期）	50歳以上の方を対象とした健康増進を図る教室	市民体育館	■	公益財団法人守山市文化体育振興事業団 市民体育館 077-583-5354 ※申込時期が異なります。 お問い合わせ下さい。
7	3・10・24	火	ヨガストレッチ 春コース	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
7	3・10・24	火	気軽にピラティス 春コース	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
7	4・11	水	輝き・シニアスポーツデー 1期	各種レクリエーションまたは健康体力づくり運動 卓球・バドミントンなどフリーにスポーツを楽しんでもらう	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
7	4・11・18・25	水	スポーツアカデミー 1期 4・5KIDS	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
7	4・11・18・25	水	avexダンスプログラム ダンスボックスクラス	avexの楽曲を使った各種ダンス	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

月	日	曜日	教室名	内 容	場 所	記号	問合せ先/TEL等
7	4・11・18・25	水	ピラティス コンディショニング 1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
7	5 (予備日 7/12・ 19)	木	初めてのテニスクラブ (I期)	成人を対象としたテニス教室	新テニスコート	■	公益財団法人守山市文化体育振興事業団 市民体育館 077-583-5354 ※申込時期が異なります。 お問い合わせ下さい。
7	5・12・19・26	木	エクササイズクラブ (I期)	エアロビクスやストレッチボールを使って肩こり体のゆがみを改善する教室	市民体育館	■	公益財団法人守山市文化体育振興事業団 市民体育館 077-583-5354 ※申込時期が異なります。 お問い合わせ下さい。
7	5・12・19・26	木	avexダンスプログラム ダンスマスタークラス	avexの楽曲を使った各種ダンス	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
7	6 (予備日 7/13・ 20)	金	幼児サッカークラブU-6 (前期) Aコース	未就園児を対象とした スポーツ教室	ビッグレイク (Bコート)	■	公益財団法人守山市文化体育振興事業団 ビッグレイク 077-584-3366
			幼児サッカークラブU-6 (前期) Bコース	未就園児を対象とした スポーツ教室	ビッグレイク (Bコート)	■	公益財団法人守山市文化体育振興事業団 ビッグレイク 077-584-3366
			ジュニアサッカークラブU-8 (前期)	小学生を対象とした スポーツ教室	ビッグレイク (Bコート)	■	公益財団法人守山市文化体育振興事業団 ビッグレイク 077-584-3366
7	6・13・20	金	ジュニアバドミントンクラブ (I期)	小学生を対象とした バドミントン教室	市民体育館	■	公益財団法人守山市文化体育振興事業団 市民体育館 077-583-5354 ※申込時期が異なります。 お問い合わせ下さい。
			ジュニア卓球クラブ (I期)	小学生を対象とした 卓球教室	市民体育館	■	公益財団法人守山市文化体育振興事業団 市民体育館 077-583-5354 ※申込時期が異なります。 お問い合わせ下さい。
7	6・13・20・27	金	太極拳クラブ (I期)	誰でも簡単にでき、心と身体に やさしい太極拳教室	市民体育館	■	公益財団法人守山市文化体育振興事業団 市民体育館 077-583-5354 ※申込時期が異なります。 お問い合わせ下さい。
7	1	日	親子で楽しむヨット教室	ヨットの知識、ロープワーク、基礎技術の習得	滋賀県立柳ヶ崎ヨットハーバー	○	滋賀県立柳ヶ崎ヨットハーバー 077-527-1141

月	日	曜日	教室名	内 容	場 所	記号	問合せ先/TEL等
7	7	土	親子で楽しむヨット教室	ヨットの知識、ロープワーク、基礎技術の習得	滋賀県立柳ヶ崎ヨットハーバー	○	滋賀県立柳ヶ崎ヨットハーバー 077-527-1141
7	11	水	親子リトミック教室（前期）	2歳児を対象とした親子で楽しむ教室	市民体育館	■	公益財団法人守山市文化体育振興事業団 市民体育館 077-583-5354 ※申込時期が異なります。 お問い合わせ下さい。
7	15	日	タグラグビー講習会	小学生から一般の方までタグラグビーを体験していただけます	東近江市布引運動公園(布引グリーンスタジアム)	○	滋賀県ラグビーフットボール協会 担当 布施 090-9271-7291
7	21	土	ソフトテニス教室（全6回）	小学4年生以上を対象に基礎からゲームまで	運動公園テニスコート	■	守山市体育協会事務局 077-583-3113
7	8	日	親子で楽しむヨット教室	ヨットの知識、ロープワーク、基礎技術の習得	滋賀県立柳ヶ崎ヨットハーバー	○	滋賀県立柳ヶ崎ヨットハーバー 077-527-1141
7	26	木	バレーボール教室（全5回）	小学生を対象に基礎からゲームまで	市内小学校体育館	■	守山市体育協会事務局 077-583-3113
7	中旬		夏期短期（7月期）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