

令和7年度 フラダンス教室 実施要項

- 1.趣 旨 身体を動かすことにより、シェイプアップや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。(運動強度:★)
- 2.主 催 公益財団法人 滋賀県スポーツ協会 滋賀県立体育館・武道館管理センター
- 3.後 援 大津市
- 4.日 時 令和7年5月～令和8年3月 毎回木曜日 1期(8回) 2期(10回) 3期(10回)
14:30～15:30 * 教室会場への入場は**14:25**からといたします。
それまでは控室、ロビー等でお待ちください。



【開催日】

1期	5/8, 15, 22 , 29	6/19, 26	7/3, 10, 24	(8回)
	※5/22→7/24に振替となります			
2期	9/4, 11, 25	10/16, 23, 30	11/13, 20, 27	12/4 (10回)
3期	12/11, 18	1/8, 15, 29	2/5, 12, 19, 26	3/12 (10回)

- 5.会 場 滋賀県立武道館 大会議室
- 6.対象・定員 18歳以上の方 12名
- 7.指 導 者 織川 鏡子 先生
- 8.内 容 フラダンスの基本(手の動きやステップなど)を音楽に合わせてダンスします。初心者でも楽しく踊ることができます。リラックス効果や運動効果を感じましょう！
- 9.参 加 料 1期8回:8,800円 2期・3期各10回:各期 11,000円 (税込・保険料含む)
※体成分測定「気軽にからだチェック(測定器に約1分 30秒乗るだけで筋肉量や脂肪量、体脂肪率、バランス等がわかる!)」について、有料にはなりますが、通常1回 500円のところ、教室参加者は**1回 200円**で測定可能です！フラダンスの効果を実感しましょう！

10.申込方法 <<WEB申し込み(仮)>>

- 【1期】令和7年4月18日(金)9:00 ~ 令和7年4月23日(水)17:00
【2期】令和7年7月29日(火)9:00 ~ 令和7年8月5日(火)17:00
【3期】令和7年11月11日(火)9:00 ~ 令和7年11月18日(火)17:00
*Web申込期間の最終日翌日に結果通知がメール送信されます。
*Web申込期間で定員を超えた場合はキャンセル待ちとなります。

<<事務所窓口又は電話での申し込み>>

- 【1期】令和7年4月25日(金)9:00~
【2期】令和7年8月7日(木)9:00~
【3期】令和7年11月20日(木)9:00~
*窓口、電話申込期間の受付時間は9:00~17:00です。(休館日を除く)
*各期初日(4/25, 8/7, 11/20)のみ 窓口9:00~ 電話13:00~となります。

- 11.その他
- (1)運動のできる服装および室内履き(踵のあるスリッパ)または厚めの靴下をご用意ください。
 - (2)練習中に万一事故が発生した時は、応急処置は行いますが、以後の責は、レクリエーション保険によるものとします。
 - (3)一旦納入された参加料は、返金できませんのでご了承ください。
 - (4)その他詳細については、武道館事務室までお問い合わせください。
 - (5)当施設でのスポーツ事業の参加者情報については、個人情報保護規程に基づいて取り扱いしておりますが、事業 PR およびスポーツ振興のため、事業内容等に活用させていただく場合がございます。ご理解とご協力を宜しくお願いいたします。
 - (6)申込者数が少ない場合は教室の開催が中止となる場合がございます。予めご了承ください。

問い合わせ

〒520-0801 大津市におの浜四丁目2-15
滋賀県立体育館・武道館管理センター
滋賀県立武道館 077-521-8311