

# 長浜バイオ大学ドーム

# 4月

## 彦根総合スポーツ公園だより

### 長浜バイオ大学ドーム

施設点検日：22日(月)

#### トレーニング室

8:30~21:30(1回2時間の個人利用)  
※初回は講習会を受講していただきます

4月トレーニング講習会

9日(火)・14日(日)・25日(木)・28日(日)



詳しくはコチラ

#### 大人の体コンディショニング教室

体ほぐし・姿勢改善 月2回水曜日

初回 5月8日(水)

申込受付 4月10日(水) 8:30~ 先着順

お待ちしております

#### こちyoga~

誰でも安全にできるヨガ 各木曜日

初回 5月2日(木)

申込受付 4月5日(金) 8:30~ 先着順



#### シャンとフィットネス

高齢者向けの運動 隔週月曜日

初回 5月13日(月)

申込受付 4月8日(月) 8:30~ 先着順

## 彦根総合スポーツ公園

休園日：8(陸上のみ休園) 15、22、30

#### げんきっこ陸上スクール

運動の基礎を身につける

水曜日 16:00~ 対象：小学1~3年生

初回 5月8日(水)

申込受付 4月10日(水) 9:00~

4月24日(水) 17:00 先着順

#### はじめてヨガ

ゆっくり取り組めるヨガ

水曜日 10:00~ 対象：一般男女

初回 5月8日(水)

申込受付 4月10日(水) 9:00~ 先着順

#### スタイルエクサ

姿勢を美しくするエクササイズ

水曜日 10:00~ 対象：一般男女

初回 5月9日(木)

申込受付 4月10日(水) 9:00~ 先着順

#### トレーニング室

8:30~21:30(1回2時間の個人利用)

※初回は講習会を受講していただきます

4月トレーニング講習会

2日・10日・13日・19日・25日・29日

詳細はホームページをご覧ください、たくさんのご参加お待ちしております！

長浜バイオ大学ドーム

〒526-0829 長浜市田村町 1320

<https://www.bsn.or.jp/dome/>

TEL: 0749-64-0808 FAX: 0749-62-2006

彦根総合スポーツ公園

〒522-0002 彦根市松原町 3028

<https://www.bsn.or.jp/hikone/>

TEL: 0749-23-4911 FAX: 0749-26-3103