

スポーツ教室情報 10月～3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
毎月		水	ヨガ	ヨガ	五個荘体育館（小）	○	五個荘コミュニティセンター内 健康倶楽部ごかしょう事務局 0748-48-2737
毎月		木	健康トレーニング	健康トレーニング	五個荘コミュニティセンター	○	五個荘コミュニティセンター内 健康倶楽部ごかしょう事務局 0748-48-2737
毎月		木	シェイプアップスクール	シェイプアップスクール	五個荘コミュニティセンター	○	五個荘コミュニティセンター内 健康倶楽部ごかしょう事務局 0748-48-2737
毎月		木	ディスコン	ディスコン	五個荘体育館	○	五個荘コミュニティセンター内 健康倶楽部ごかしょう事務局 0748-48-2737
毎月		金	滋賀レイクスバスケットボールスクール甲賀校	エンジョイクラス17:20～18:20 チャレンジクラス18:30～20:00	甲賀市土山体育館	○	土山体育館 0748-66-0091 8:30～17:00（月曜休館）
毎月		土	ウォーク	ウォーク	五個荘体育館前集合	○	五個荘コミュニティセンター内 健康倶楽部ごかしょう事務局 0748-48-2737
毎月		土	パドルテニス	パドルテニス	五個荘体育館	○	五個荘コミュニティセンター内 健康倶楽部ごかしょう事務局 0748-48-2737
毎月		日	テニス	テニス	きぬがさ公園テニスコート	○	五個荘コミュニティセンター内 健康倶楽部ごかしょう事務局 0748-48-2737
毎月		火・金	卓球	卓球	五個荘体育館	○	五個荘コミュニティセンター内 健康倶楽部ごかしょう事務局 0748-48-2737
毎月		水・金	フレッシュテニス	フレッシュテニス	五個荘体育館	○	五個荘コミュニティセンター内 健康倶楽部ごかしょう事務局 0748-48-2737

スポーツ教室情報 10月～3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
毎月	第1～3	火	楽しくフラダンス	月3回（10：00～11：00）	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（10：30～12：00）	コミセンひょうす	○	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（10：00～11：30）	コミセンひょうす	○	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（13：30～15：00）	野洲市総合体育館	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1～3	木	貯筋運動	月3回（10：00～11：30）	コミセンひょうす	○	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（19：00～21：30）	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	金	いきいき体操	月3回（13：30～15：00）	コミセンひょうす	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
9～3		水	キッズチャレンジスポーツ教室	運動の基本動作を遊びを通して習得する	彦根総合スポーツ公園	○	彦根総合スポーツ公園 0749-23-4911
9～3		火	はじめてヨガ	ヨガで健康の維持増進を図る	彦根総合スポーツ公園	○	彦根総合スポーツ公園 0749-23-4911
9～3		木	スタイルエクサ	股関節・骨盤・肩甲骨を動かし美姿勢を目指す	彦根総合スポーツ公園	○	彦根総合スポーツ公園 0749-23-4911

スポーツ教室情報 10月-3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
10~12		水	ライフキッズスポーツin野洲	全8回 対象：2歳児・3歳児&保護者 親子でふれあい運動あそび	さざなみホール	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
10~12		土	たのしくチャレンジ教室	全8回 対象：3歳児・4歳児・5歳児 遊びの中にリズムやバランス等身体を動かすために必要な要素を楽しく学ぶ	中主B&G海洋センター体育館他	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
2・3		土	キッズ陸上教室	全5回 対象：小学生	中主B&G海洋センター体育館他	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
10月18日~ 3月13日		毎週水曜	ビームライフル射撃教室	初心者を対象としたライフル射撃競技の普及と育成（一部水曜日を除く）	滋賀県立武道館 大会議室	○	滋賀県立武道館 077-521-8311
12月~3月の間で 中旬に4回開催予定		土	わんぱく塾	年間9回 対象：小学1年生から3年生 子ども達の自主的なスポーツ活動や野外活動を通して、みんなで楽しく交流する	中主B&G海洋センター体育館他	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
第三期 10回コース 10/3,17,24,31 11/7,14,21,28 12/5,12		火	リズムウォーキング	リズムウォーキング	甲南体育館	○	KOHNAN忍にんスポーツクラブ 0748-70-0011
第四期 10回コース 12/19 1/16,23,30 2/6,13,27 3/5,12,19		火	リズムウォーキング	リズムウォーキング	甲南体育館	○	KOHNAN忍にんスポーツクラブ 0748-70-0011
			ペタンク体験教室	ペタンク競技体験技術講習	体験教室の要望があれば いつでも、どこでも対応	○	滋賀県ペタンク・ブール連盟 北川 077-562-8041