

## スポーツ教室情報 4月～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	種目	教室名	内容	場所	記号	問合せ/TEL等
毎月	第1.2.3	火	フラダンス	楽しくフラダンス	フラダンス	コミュニティセンターなかさと	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1.2.4	水	太極拳	健康太極拳	楊名時24式太極拳	コミュニティセンターひょうす	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1.2.3	木	貯筋	貯筋運動	中高年向き筋カトレーニング	コミュニティセンターひょうす	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1.2.3	木	フラダンス	フラダンス	フラダンス	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1.2.3	金	体操	いきいき体操	中高年向き体操教室	コミュニティセンターひょうす orなかさと	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第2.4	金	ヨガ	リラックスヨガ	ヨガ	さざなみホール	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
5.6	全8回	水		ライフキッズスポーツin野洲	2・3歳児の親子ふれあい運動	さざなみホール	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
5.6.7.9	全12回	土		たのしくチャレンジ	3・4・5歳児 幼児期の運動の基礎	中主B&G海洋センター 他	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
夏休み	全6回			さざなみ教室	体力つくりと学力向上	中主B&G海洋センター 他	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968

## スポーツ教室情報 4月～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	種目	教室名	内容	場所	記号	問合せ/TEL等
夏休み		全4回		めざせ！にんじゃ	3・4・5歳児 表現遊び	中庄B&G海洋センター 他	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
4月～6月		火～金	水泳	ジュニアプール教室	3歳～中学生対象 水泳教室	甲賀市甲賀B&G海洋センター	○	甲賀市甲賀B&G海洋センター 0748-88-5887
4月～6月		火～金	水泳	成人プール教室	16歳以上対象 水泳教室	甲賀市甲賀B&G海洋センター	○	甲賀市甲賀B&G海洋センター 0748-88-5887
4～9	毎週	火	ネットでボンボイ	ネットでボンボイ	東近江市発祥のスポーツ 専用 ネットを使い、ボールを相手コートに 放つ新しい種目	能登川アリーナ体育館	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	火	ヨガ	リフレッシュヨガ	肩こり、腰痛、運動不足はもちろん日 頃のストレスも発散できます	能登川アリーナ多目的室	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	水	バスケットボール	バスケットボール	少しレベルは高いけれど10分程度の 試合を毎回繰り返しています	能登川アリーナ体育館	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	土	陸上	陸上（小学3～6年生）	走ることはスポーツの基本 速く走りたい人集合！ <8月は休講>	能登川グラウンド	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	火木	スポレック	スポレック	プラスチック製ラケットとスポンジ ボールで、安全性が高く幅広い年齢層 で楽しめます	能登川アリーナ体育館	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	火水金	バドミントン	バドミントン	家族や友だちみんなと一緒に楽しく汗 を流しましょう（水曜日夜は初心者ク ラス）（金曜日午後はシニアクラス） もあります	能登川アリーナ体育館	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400

## スポーツ教室情報 4月～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	種目	教室名	内容	場所	記号	問合せ/TEL等
4～9	毎週	火 木 金	ビーチボール	ビーチボール	ビニール製のボールでおこなう4人制のバレーボール	能登川アリーナ体育館	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	毎週	水 木 金	ピンポン	ピンポン	気軽に卓球がしたい方、技術上達を目指す方、それぞれ楽しめます	能登川アリーナ体育館	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	開園日	火～日	グラウンドゴルフ	グラウンドゴルフ	大自然の中でリフレッシュ、健康づくり仲間づくりの生涯スポーツとして人気	ふれあい運動公園 グラウンドゴルフ場	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	月4回	火 土	フラダンス	フラダンス	ハワイアン音楽を聴きながらやさしいステップだけで、どなたでも踊れます♪	能登川アリーナ多目的室	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	1クール 6回	木	エクササイズ	スクエアステップ	頭と身体を同時に使うので、認知機能向上などに効果のあるエクササイズです	能登川アリーナ多目的室	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
4～9	1クール 5回	金	軽運動	姿勢改善&筋力UP	無理なく有酸素運動や筋力UPトレーニングができます	能登川アリーナ多目的室	○	NPO法人能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
5月～7月		土	サッカー	前期キッズ・ガールズサッカー教室	子どもたちにボールと触れ合う楽しさや、喜びを知ってもらおう。	草津市立 三ツ池運動公園グラウンド	■	公益社団法人草津市スポーツ協会 077-568-5300
5月～7月		土	ソフトテニス	小学生ソフトテニス教室 春コース	なかまづくりとともに自らの技能の向上と、ソフトテニスの楽しさを知ってもらおう。	草津市立 三ツ池運動公園テニスコート	■	公益社団法人草津市スポーツ協会 077-568-5300
5月～9月		火	バレーボール	小学生バレーボール教室	なかまづくりとともに自らの技能の向上と、バレーボールの楽しさを知ってもらおう。	草津市立YMITアリーナ	■	公益社団法人草津市スポーツ協会 077-568-5300

## スポーツ教室情報 4月～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	種目	教室名	内容	場所	記号	問合せ/TEL等
5月～9月		土	柔道	小学生柔道教室	なかまづくりとともに自らの技能の向上と、柔道の楽しさを知ってもらう。	草津市立武道館 草津市立総合体育館 柔道場	■	公益社団法人草津市スポーツ協会 077-568-5300
5月～3月		土	体操	にんくる体操教室（全10回）	年中～小学3年生	甲賀中央公園体育館	○	甲賀市甲賀B&G海洋センター 0748-88-5887
6月～11月		土	短距離走 長距離走	走り教室（全6回）	小学生	甲賀中央公園野球場	○	甲賀市甲賀B&G海洋センター 0748-88-5887
7月～9月		火～金	水泳	ジュニアプール教室	3歳～中学生対象 水泳教室	甲賀市甲賀B&G海洋センター	○	甲賀市甲賀B&G海洋センター 0748-88-5887
7月～9月		火～金	水泳	成人プール教室	16歳以上対象 水泳教室	甲賀市甲賀B&G海洋センター	○	甲賀市甲賀B&G海洋センター 0748-88-5887
	年間8回	土		わんぱく塾	小学1年から3年対象 スポーツ活動、文化活動等を体験する	市内会場	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
	年間7回	土		熱中塾	小学4年から6年対象 スポーツ活動、文化活動等を体験する	市内会場	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
		水 金 土 日	相撲	長浜相撲教室 毎週実施	相撲体験・相撲稽古 5歳～高校生	長濱八幡宮 長浜市宮前町11-55 長浜市相撲連盟相撲場	■	滋賀県相撲連盟事務局長 田中敦司 090-8935-2762
	随時		ベタンク	ベタンク体験教室 お出掛け出前講座	基本ルール解説 ミニゲーム	屋外で4m×15mのコートが 描ける平坦な処ならどこでも	○	北川 077-562-8041
	未定		相撲	相撲体験教室	小学生から一般男女対象 気軽に相撲を体験できる教室	滋賀県立武道館	○	滋賀県立武道館 077-521-8311