

令和6年度 第1期

滋賀県立栗東体育館

受講生募集

〈募集期間〉令和6年4月1日(月)～4月8日(月)

2024年
4月
スタート

幼児体操教室

ゴールデンキッズを対象にいろいろな体操器具を使い、遊びのなかで運動の楽しさを体験する教室です。子供の運動神経が著しく発達する時期を、ゴールデンエイジといいます。幼児向けにキッズとしています。

曜日	期間	時間	定員/対象
火曜日	5/14～7/9	火・水・木曜日〈3時コース〉15:00～15:50 火・木曜日〈4時コース〉16:00～16:50 火・木曜日 9回 水曜日 10回開催	15名 幼児4・5歳児 (2018年4月2日～2020年4月1日までに生まれた幼児)
水曜日	5/8～7/10		
木曜日	5/9～7/18		
受講料:火・木曜日 10,000円(保険料含む) 水曜日 11,000円(保険料含む)			

小学生体操教室

ゴールデンエイジを対象にマット運動や跳び箱を使い、身体を動かす楽しさを体感し、運動能力・バランス感覚の基礎を身に付ける教室です。子供の運動神経が著しく発達する時期を、ゴールデンエイジといいます。

曜日	期間	時間	定員/対象
水曜日	5/8～7/10	16:00～17:00 10回開催	20名 小学1年～6年生
受講料:11,000円(保険料含む)			

親子ふれあい体操教室

3歳児とその保護者が一緒になって、運動の楽しさを感じながら体力向上を図る教室です。

曜日	期間	時間	定員/対象
水曜日	5/8～7/10	10:00～10:50 10回開催	10組20名 2020年4月2日～2022年4月1日までに生まれた幼児
受講料:12,000円(保険料含む)			

トランポリン教室

小学生を対象に、スポーツをするうえで必要とされるバランス感覚や体幹などを鍛え、体力の向上を図ります。

曜日	期間	時間	定員/対象
土曜日	4/27～7/13	各コース 10回開催	各コース 10名 小学1年～6年生
		〈新規コース〉 8:45～9:40	
受講料:11,000円(保険料含む)			

はじめるキッズダンス教室

幼児から小学生を対象に、多様な個性の子どもたちが体を動かす楽しさを学べるダンスプログラムを提供し、運動する機会と体力向上を図ります。

曜日	期間	時間	定員/対象
金曜日	5/10~7/19	15:00~15:45 10回開催	幼児4・5歳児 10名 (2018年4月2日~2020年4月1日までに生まれた幼児)
		16:00~16:45 10回開催	小学生 10名
受講料:10,000円(保険料含む)			

ヨガ教室

姿勢・呼吸・瞑想を主としたエクササイズです。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、疲労回復など体質改善を行います。

曜日	期間	時間	定員
木曜日	5/9~7/25	10:00~11:00 各コース 10回開催	各コース 15名
受講料:10,000円(保険料含む)			

スポーツ健康塾

軽スポーツやストレッチポールを用いたトレーニングをおこないます。参加者同士の交流を深め、健康で豊かなライフスタイルを目指す教室です。

曜日	期間	時間	定員
水曜日	5/8~7/10	10:00~11:00 10回開催	10名
受講料:1回500円(保険料含む)			

注意事項

●第1期応募期間は4/1(月)~4/8(月)です。受講料納入期間は4/19(金)~4/21(日)(9時~17時)です。●申し込み方法はWEB申し込みとなります。ホームページの「教室申し込みはこちら」から入力してください。※スポーツ健康塾はお電話でお申し込みください。(先着順)●受講決定後の曜日・時間の変更等は一切できません。●応募者が定員を超えた場合は、厳正なる抽選をもって受講を決定します。●受講権利の譲渡はできません。●受講者は必ず期間内に来館し、受講料および保険料を納入してください。●すべての事業で一度納入された受講料は、返金できません。●すべての教室はレクレーション保険で対応します。※定員に満たない場合は、開講しない場合があります。

お問い合わせ先

滋賀県立栗東体育館

〒520-3022 栗東市上鉤514

☎077-551-1030

※詳しくはホームページをご確認ください

🌐 <https://www.bsn.or.jp/r-gym/>

↑お申込みはこのアドレスにアクセスしてください。

