

スポーツ始めてみませんか!!

平成20年度 スポーツ教室 年間予定表

教室名	時間帯	期間	曜日	回数	定員	広報掲載	備考
水中運動(春・ウオーク&スイム)	午前	5月～7月	金	9回	20人	4月1日号	高校生以上
水中運動(春・アクアビクス)	夜間	5月～7月	金	9回	20人	4月1日号	
水中運動(秋・ウオーク&スイム)	午前	10月～11月	金	9回	20人	9月1日号	
水中運動(秋・アクアビクス)	夜間	10月～11月	金	9回	20人	9月1日号	
親子スポーツ(春)	午前	5月～7月	土	10回	20組	4月1日号	小学校3、4年生親子
親子スポーツ(秋)	午前	9月～11月	土	10回	20組	8月1日号	
親子わんぱく体操(春)	午前	5月～7月	火	8回	20組	4月15日号	2、3歳未満就園児親子
親子わんぱく体操(秋)	午前	10月～11月	火	8回	20組	9月1日号	
空手入門	夜間	5月～7月	土	10回	30人	4月1日号	小学生以上
ボクササイズ	夜間	6月～8月	金	10回	50人	5月1日号	高校生以上
親子水泳	夜間	7月下旬	火～土	5回	16組	6月15日号	小学校1～3年生親子
卓球 NEW!	夜間	7月～8月	火・木	8回	30人	6月15日号	小学生以上
ヨガ(前期)	午後	9月～10月	水	5回	50人	8月1日号	成人
	夜間	9月～10月	金	5回	50人	8月1日号	
ヨガ(後期)	午後	10月～11月	水	5回	50人	9月1日号	
	夜間	10月～11月	金	5回	50人	9月1日号	
硬式テニス	夜間	9月～11月	火・木	10回	24人	8月15日号	成人
かんたんエアロビ	午後	1月～3月	水	10回	50人	12月1日号	高校生以上
	夜間	1月～3月	金	10回	50人	12月1日号	
リラックスヨガ	午後	6月～8月	水	10回	20人	5月15日号	洞戸地域にて開催
ボクササイズ	夜間	9月～11月	水	10回	20人	8月1日号	武儀地域にて開催
ソフトテニス	夜間	4月～6月	日	5回	20人	4月1日号	武芸川地域にて開催
タグラグビー	午前	8月	土	3回	30人	7月1日号	

※この表は予定です。詳しくは『広報せき』の掲載号をご覧ください。

※対象は市内在住、在勤または在学の方。初心者向けの内容になっていますので気軽にご参加ください。

※定員を超えた場合は抽選となります。また、応募人数が少数の場合は中止となることがあります。

※夜間開催の教室において、小中学生のみで参加の場合は保護者の同伴参加、もしくは早めの迎えをお願いします。

親子スポーツ教室

- ◆日時 5月10日～7月12日 毎週土曜日(全10回)
午前9時～11時
(※雨天順延の場合は7月26日まで)
- ◆場所 総合体育館、市役所南テニスコート ほか
- ◆対象 小学3、4年生親子で市内在住、在勤の方
- ◆内容 硬式テニス、軽スポーツ
- ◆定員 20組 ◆受講料 3,000円

空手入門教室

- ◆日時 5月10日～7月12日 毎週土曜日(全10回)
午後6時30分～8時30分
- ◆場所 総合体育館・サブアリーナ
- ◆対象 小学生以上で市内在住、在勤、在学の方
(親子での参加歓迎します)
- ◆定員 30人 ◆受講料 3,000円
- ◆その他 運動のできる服装

水中運動教室

- ☆ウオーク&スイムコース 午前10時30分～11時30分
- ☆アクアビクスコース 午後7時30分～8時30分
- ◆日時 5月2日～7月4日 毎週金曜日(全9回)
※6月6日は休講
- ◆場所 総合体育館・温水プール
- ◆対象 高校生以上で市内在住、在勤、在学の方
- ◆定員 両コースとも20人
- ◆受講料 5,000円、65歳以上は2,500円(入場料含む)

ソフトテニス教室

- ◆日時 4月27日～6月1日 毎週日曜日(全5回)
午後7時～9時 ※5月4日は休講、雨天順延
- ◆場所 武芸川テニスコート
- ◆対象 小学2年生～中学1年生とその保護者で
市内在住、在勤の方 ※お子さんのみの参加可
- ◆定員 20人
- ◆受講料 1,000円
- ◆持ち物 テニスラケット

- ◆申込先 ソフトテニス教室は4月11日(金)までに武芸川教育事務所(☎46-3611)
親子スポーツ教室、空手入門教室、水中運動教室は4月18日(金)までにスポーツ振興課(☎23-7766)