

益田市民スポーツ・文化教室



9月13日(月) 9:00 から市民体育館窓口にて受付開始!



ジュニア教室

参加料(10回分) : 1,650円

わくわくスポーツ

10月中旬(土)10:00~
対象: 5歳~小学2年
場所: アリーナ他

小学生テニス

10月下旬(土)10:30~
対象: 小学3~6年
場所: テニスコート

中学生テニス

10月中旬(土)13:00~
対象: 中学1~3年
場所: テニスコート

ソフトテニス

10月中旬(土)9:00~
対象: 小学1~6年
場所: テニスコート



文化教室

参加料(10回分) : 3,300円

ペン画

10月中旬(火)13:30~
対象: 一般
場所: 小会議室

切り絵

10月下旬(水)10:00~
対象: 一般
場所: 小会議室

実用書道

10月中旬(木)10:00~
対象: 一般
場所: 小会議室

手芸

10月中旬(木)10:00~
対象: 一般
場所: 小会議室



お昼のスポーツ教室

参加料(10回分) 一般: 3,300円、高校生以下: 1,650円
※グラウンドゴルフ(5回分): 1,650円

ユニカール

10月中旬(月)10:00~
対象: 一般
場所: 柔剣道場

かんたんエアロ

10月中旬(月)13:30~
対象: 一般
場所: 柔剣道場

ピラティス午前

10月中旬(火)10:00~
対象: 一般
場所: 柔剣道場

ピラティス午後

10月中旬(火)14:30~
対象: 一般
場所: 柔剣道場

スポンジテニス

10月中旬(木)9:30~
対象: 一般
場所: アリーナ

初級ヨガ

10月中旬(水)13:30~
対象: 一般
場所: 柔剣道場

中級ヨガ

10月中旬(木)13:00~
対象: 一般
場所: 柔剣道場

ダイエットエアロ

10月中旬(木)14:30~
対象: 一般
場所: 柔剣道場

健康体操

10月中旬(金)10:00~
対象: 一般
場所: 柔剣道場

フォークダンス

10月中旬(金)13:30~
対象: 一般
場所: 柔剣道場

リラックスヨガ午前

10月中旬(金)10:30~
対象: 一般
場所: 大会議室

リラックスヨガ午後

10月中旬(金)13:30~
対象: 一般
場所: 大会議室

歌謡曲でフラダンス

10月中旬(木)15:00~
対象: 一般
場所: 大会議室

フラダンス

10月中旬(土)10:30~
対象: 小学生~一般
場所: 大会議室

グラウンドゴルフ

11月中旬(火)9:30~
対象: 一般
場所: 陸上競技場

経験者テニス

10月中旬(水)9:30~
対象: 一般
場所: テニスコート

初級者テニス

10月中旬(金)9:30~
対象: 一般
場所: テニスコート

ズンバゴールド

10月中旬(木)10:00~
対象: 一般
場所: 柔剣道場

やさしい筋トレ

10月中旬(土)13:30~
対象: 一般
場所: 柔剣道場



夜のスポーツ教室

参加料(10回分) 一般: 3,300円、高校生以下: 1,650円
※初級者テニス(5回分): 1,650円、フラダンス(5回分): 1,650円

リフレッシュヨガ

10月中旬(水)19:00~
対象: 一般
場所: 柔剣道場

弓道

10月中旬(水)18:00~
対象: 中学生~一般
場所: 弓道場

初級者テニス

10月中旬(木)19:00~
対象: 一般
場所: テニスコート

卓球

10月中旬(木)19:00~
対象: 小学生~一般
場所: アリーナ

初めてのスポンジテニス

10月中旬(金)19:00~
対象: 一般
場所: アリーナ

フラダンス

12月上旬(金)19:30~
対象: 一般
場所: 大会議室

合気道入門

10月中旬(金)18:00~
対象: 小学4年~一般
場所: 柔剣道場

バドミントン

10月中旬(金)19:30~
対象: 小学生~一般
場所: アリーナ

★夜間の活動のため、学生のみで参加する場合、
送迎は確実にお願いします。

★スポーツ安全保険について

- 一般: 任意加入 (1,850円)
- 高校生以下: 加入が必要 (800円)
- ※弓道教室は一般の方も加入が必要です。
- ※保険料は加入後の返金は致しかねます。
- ※教室終了後の自主練習は保険適用外になります。
- ※前期教室で加入された方は必要ありません。

【問い合わせ先】

益田市民体育館 ☎ 23-6283 ✉ undou-k@iwami.or.jp
※各地域でのスポーツ活動をサポートする「出前教室」も受付けています。