

益田市民スポーツ・文化教室

参加者募集!

平成30年度に開催する益田運動公園主催教室では、一人でも多くの方にスポーツや文化活動を楽しんでいただくため

★高校生以下 ⇒ 参加料を無料とします。

★一般の方 ⇒ 無料で体験できる「おためし期間」を設けます。
ぜひこの機会に皆さんの参加をお待ちしています。

ジュニア教室 参加料：無料

わくわくスポーツ

5月上旬(土) 9:00～
対象：5歳～小学2年
場所：アリーナ他



体操

5月上旬(土) 14:00～
対象：小学1年～中学生
場所：アリーナ



小学生テニス

5月上旬(土) 10:30～
対象：小学3～6年
場所：テニスコート



ソフトテニス

5月上旬(土) 9:00～
対象：小学1～6年
場所：テニスコート



NEW

中学から始まる部活体験

5月上旬(土) 14:00～
対象：小学4～6年
場所：アリーナ他



昼のスポーツ教室 参加料(10回分) 一般：3,000円、高校生以下：無料

ユニカール

4月上旬(月) 10:00～
対象：一般
場所：柔剣道場



かんたんエアロ

4月上旬(月) 13:30～
対象：一般
場所：柔剣道場



ピラティス午前

4月中旬(火) 10:00～
対象：一般
場所：柔剣道場



ピラティス午後

4月中旬(火) 14:30～
対象：一般
場所：柔剣道場



スポンジテニス

4月上旬(木) 9:30～
対象：一般
場所：アリーナ



初級ヨガ

4月上旬(水) 13:30～
対象：一般
場所：柔剣道場



中級ヨガ

4月上旬(木) 13:00～
対象：一般
場所：柔剣道場



ダイエットエアロ

4月上旬(木) 14:30～
対象：一般
場所：柔剣道場



健康体操

4月中旬(金) 10:00～
対象：一般
場所：柔剣道場



フォークダンス

4月中旬(金) 13:30～
対象：一般
場所：柔剣道場



NEW リラックスヨガ

4月上旬(金) 13:30～
対象：一般
場所：大会議室



NEW ビューティーヨガ

4月上旬(金) 15:00～
対象：一般
場所：大会議室



フラダンス

4月中旬(土) 11:15～
対象：一般
場所：大会議室



気功・太極拳

4月中旬(土) 14:00～
対象：一般
場所：大会議室



グラウンドゴルフ

5月上旬(火) 9:30～
対象：一般
場所：陸上競技場



経験者テニス

4月上旬(水) 9:30～
対象：一般
場所：テニスコート



初級者テニス

4月上旬(金) 9:30～
対象：一般
場所：テニスコート



★3月12日(月)から市民体育館窓口にて受付を開始します。

★スポーツ安全保険：一般は任意加入、高校生以下は加入が必要。

★問い合わせ・申込み先：市民体育館 (☎ 23-6283)

※各地域でのスポーツ活動をサポートする「出前教室」受付中です。

夜のスポーツ教室 参加料(10回分) 一般：3,000円、高校生以下：無料

バドミントン

4月上旬(水) 19:30～
対象：小学生～一般
場所：アリーナ



卓球

4月上旬(木) 19:00～
対象：小学生～一般
場所：アリーナ



ラジボール卓球

4月上旬(木) 19:00～
対象：一般
場所：アリーナ



初級者テニス

4月上旬(木) 19:00～
対象：学生～一般
場所：テニスコート



経験者テニス

4月中旬(金) 19:00～
対象：学生～一般
場所：テニスコート



フラダンス

4月上旬(金) 19:30～
対象：小学生～一般
場所：大会議室



弓道

4月上旬(火・木) 19:00～
対象：中学生～一般
場所：弓道場



初めてのスポンジテニス

4月上旬(金) 19:00～
対象：学生～一般
場所：アリーナ



パワーヨガ

4月上旬(水) 19:00～
対象：学生～一般
場所：柔剣道場



文化教室 参加料(10回分) 一般：3,000円、高校生以下：無料

ベビーマッサージ

4月上旬(火) 13:30～
対象：一般
場所：大会議室



NEW ペン画

4月上旬(火) 13:30～
対象：一般
場所：小会議室



切り絵

4月上旬(水) 10:00～
対象：一般
場所：小会議室



ペン習字

4月上旬(水) 10:00～
対象：一般
場所：小会議室



手芸

4月上旬(木) 10:00～
対象：一般
場所：小会議室

