

2017年

6月号

ビタミン

加古川市立総合体育館／加古川運動公園陸上競技場

〒675-0047

加古川市西神吉町 1010

TEL : 079-432-3000

FAX : 079-431-5700

営業時間 : 午前9時～午後9時

休館日 : 第3水曜日 / 年末年始

梅雨の時期に差し掛かり、ジメジメする日が続いています。急変する天気には左右されない体育館で運動してみたいはかがですか。当体育館では、大人向けの教室(裏面参照)だけでなく、子供向けの教室も多数開催しております。雨が多くなり外で体を動かす機会が減るこの時期に、新たな運動習慣始めてみませんか。6月から各教室の申込が始まりますので、気になった教室があれば、まずは気軽にお問い合わせください！！

子供向け教室のご案内

ミズノフットサル教室

日時: 6月9,16,23日(金)

17:30～18:30

場所: 総合体育館 1F スポーツアリーナ

対象: 小学3年生～小学6年生

受講料: 各月変動(月謝制)

定員: 25名(先着順)

持ち物: 体育館シューズ、動きやすい服装、
タオル、飲料水



Jrバレーボール教室

日時: 6月7,14,28日 7月5,12日(水)

7月20日(木)

18:30～20:30

場所: 総合体育館 1F スポーツアリーナ

対象: 小学5,6年生

受講料: 2,500円(全6回)

500円(スポット参加)

定員: 25名(先着順)

持ち物: タオル、動きやすい服装、飲料水
体育館シューズ



教室のお申し込みは
体育館フロント1F もしくは
Tel 079-432-3000 まで



JTマーヴェラス バレーボール教室

6月10日(土) 13:00から、総合体育館 1F
スポーツアリーナにて、Vプレミアリーグで
活躍するJTマーヴェラスの選手達による
バレーボール教室を開催いたします。

参加申し込みは終了していますが、
2階観客席より見学することができます。

お知らせ

6月3日(土)、4日(日)に体育館にて
兵庫県高等学校総合体育大会(バレーボール)、
陸上競技場にて
県中学校混成選手権が開催されます。

両日とも駐車場の大変な混雑が予想されます。

当日ご来場の際には、公共交通機関を
利用していただくなど、ご協力をよろしく
お願い致します。

6月の休館日

6月21日(水)

検索

加古川市立総合体育館

<http://www.kakogawa-sports.join.us.jp>

7月スタートの教室です☆ ぜひご参加ください！

教室名	曜日	時間	実施日	定員	参加費	対象
太極拳	月	10:00~11:00	7月 3,10,24,31 8月 7,21,28 9月 4,11,25	20名	10,000円 (全10回)	16歳以上
骨盤調整ヨガ	月	A11:15~12:15 B12:30~13:30 C13:45~14:45	7月 3,10,24,31 8月 7,21,28 9月 4,11,25	各12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
フラダンス	月	13:00~14:00 (オーキッド)	7月 10,24,31 8月 7,21,28 9月 4,11,25	各20名	10,000円 (全9回)	16歳以上
		14:15~15:15 (レファ)				
15:30~16:30 (ティアレ)						
	木	19:30~20:30 (ピカケ)	7月 6,13,20 8月 3,10,31 9月 14,21,28			
ベビーマッサージ	火	10:00~11:00	7月 4,11,18 8月 8,22,29 9月 12,19,26	15組	3,000円 (1ヶ月 3回)	生後2ヶ月~ 1年半の お子様と お母さん
リフレッシュヨガ	火	10:00~11:00	7月 4,11,18,25 8月 1,8,22 9月 5,12,19	各12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
リラクゼーションヨガ	火	11:15~12:15				
フラメンコ	火	①18:50~19:50 ②19:50~20:50	7月 4,11,18,25 8月 1,8,15,22,29 9月 5,12,19	各20名	月5,000円 (月謝) (全12回)	16歳以上
	木	13:30~15:00	7月 6,20,27 8月 3,17,24 9月 7,21,28		月5,000円 (月謝) (全9回)	
ストレッチヨガ	水	9:30~10:30	7月 5,12 8月 2,9,23,30 9月 6,27	20名	8,000円 (全8回)	16歳以上
ママヨガ	水	11:00~12:00	7月 5,12 8月 2,9,23,30 9月 6,27	10組	8,000円 (全8回)	子育て中の お母さん (お子様も 参加可能)
姿勢ピラティス	水	12:45~13:45 14:00~15:00	7月 5,12 8月 2,9,23,30 9月 6,27	各11名	8,000円 (全8回)	16歳以上
かんたんラグビー	水	19:00~21:00	7月 5,12 8月 2,23 9月 6,27	30名	3,000円 (全6回)	16歳以上
脳トレ元気体操	木	13:30~14:30	7月 6,13,20 8月 3,10,24,31 9月 14,21,28	20名	10,000円 (全10回)	16歳以上
美・ヨガ	木	10:00~11:00	7月 6,13,20,27 8月 3,17,24 9月 7,14,21	20名	10,000円 (全10回)	16歳以上
エアロビクス	金	10:00~11:00	7月 7,14,21,28 8月 4,18,25 9月 1,8,22	50名	3,000円 (全10回)	16歳以上
かんたんエアロビクス	金	11:15~12:15	7月 7,14,21,28 8月 4,18,25 9月 1,8,22	20名	3,000円 (全10回)	16歳以上 (初心者)

★ 申し込み期間 ★

6月1日(木)~6月30日(金)

定員にない次第締め切りと

させていただきます。

★ 申し込み方法 ★

総合体育館窓口までお越しください。

(問い合わせ先:079-432-3000)

お気軽にお問い合わせください。