

本市スポーツ施設スポーツ教室等募集一覧

| 施設名 | 教室等名 | 内容 | 開催日時 | 募集人数 | 募集対象者 | 募集締切日 | 料金 | 応募先 |
|----------------------|--------------------|--|---|------|---------------------------|------------|--------------------------------|--|
| 西原商会アリーナ (弓道場) | 今から始める弓道教室 | 初心者を対象にした弓道教室 | 5月8日(月)・15日(月)・31日(水)、6月5日(月)・7日(水)・12日(月)・19日(月)・26日(月)・28日(水)、7月5日(水)の18時30分～20時30分で10回 | 25人 | 市内に住む18歳以上 | 4月17日(月曜日) | スポーツ保険料200円 | 285-2244 |
| 西原商会アリーナ (EXスタジオ) | ピラティス教室 | インナーマッスルを鍛えて姿勢を整えることを目的とした教室 | 5月9日・16日、6月6日・13日・20日の火曜日10時～12時で5回 | 25人 | 概ね40歳以上 | 4月17日(月曜日) | スポーツ保険料200円 | 285-2244 |
| 西原商会アリーナ (EXスタジオ) | 骨盤体操&シェイプアップ教室 | 骨盤の歪みを無理なく改善するためのストレッチや体形や体調を整える体操を目的とした教室 | 5月12日・26日、6月16日・23日・30日の金曜日19時～20時40分で5回 | 25人 | 市内に住む18歳以上 | 4月17日(月曜日) | スポーツ保険料200円 | 285-2244 |
| 西原商会アリーナ (武道場Ⅰ) | リラックスヨガ教室 | 心と体をリラックスさせることを目的としたヨガ教室 | 5月15日、6月5日・19日・26日、7月10日の月曜日10時～12時で5回 | 100人 | 市内に住む18歳以上 | 4月17日(月曜日) | スポーツ保険料200円 | 285-2244 |
| 西原商会アリーナ (武道場Ⅰ) | リフレッシュヨガ教室 | 体の疲れや緊張をヨガの動きでほぐすことを目的とした教室 | 5月16日、6月6日・20日・27日、7月11日の火曜日19時～20時40分で5回 | 100人 | 市内に住む18歳以上 | 4月17日(月曜日) | スポーツ保険料200円 | 285-2244 |
| 西原商会アリーナ (武道場Ⅰ) | 親子体操教室 | 楽しく動くことを目的とした教室 | 6月1日・8日・15日、7月13日、8月17日の木曜日10時～12時で5回 | 25組 | 2～4歳の子供と親 | 4月17日(月曜日) | スポーツ保険料200円 | 285-2244 |
| 西原商会アリーナ (武道場Ⅰ) | らくらくヨガ教室 | 疲れ・肩こり・腰痛などをヨガで無理なくすることを目的とした教室 | 6月7日・28日、7月5日・12日・19日の水曜日14時～16時で5回 | 100人 | 市内に住む18歳以上 | 4月17日(月曜日) | スポーツ保険料200円 | 285-2244 |
| 健康の森公園 パークゴルフ場 | パークゴルフ わくわく親子教室 | パークゴルフの座学(ルール・マナーなどの説明)、実技講習 | 5月21日(日) 予備日5月28日(日) | 16組 | 親子16組32名 (小学生1名、保護者1名) | 4月24日(月曜日) | パークゴルフ使用料 小学生150円 大人300円 | 〒891-1205 鹿児島市犬迫町 825 メール kenmori-event@k-kouenkousya.jp |

| 施設名 | 教室等名 | 内容 | 開催日時 | 募集人数 | 募集対象者 | 募集締切日 | 料金 | 応募先 |
|---------------------------------|--------------------------|---|---|------|---|----------------|----|---------------------|
| 市民体育館 | バランス | 腹筋・横筋・背筋 | 4/20・5/18・6/8・ 7/13 (木曜日) 19:00~21:00 | 30名 | 市内在住、20歳以上 | 4/15(土) | 無料 | ホームページ |
| 市民体育館 | コア | インナーマッスル等 | | | | | | |
| 市民体育館 | トレーニング | やさしくトレーニング | | | | | | |
| 市民体育館 | 親子ヨーガ | 親子ヨーガで軽い運動 | 4/20・5/18・6/8・ 7/13(木曜日) 13:00~14:00 | 15組 | 市内在住2~4歳とその親 | 4/15(土) | 無料 | ホームページ |
| あいハウジングアリー ナ松元(松元平野岡体育 館) | 初心者フォローアップ バスケットボール教室 | バスケットボールを始めた初心者、あるいは初心者教室を経験した方で、バスケットボールの基礎知識及び基本技能の習得等を行う | 5月9日~5月30日の 火・金曜日19時~ 21時(全7回) | 20人 | 小・中学生か18歳以上のバスケットボールを始めて、3~4年以下の方を対象(初心者) | 4月20日 (火曜日) | 無料 | 往復はがきまたはFAX278-5275 |
| あいハウジングドーム 松元 | 初心者硬式テニス教室 | 硬式テニスを始めた初心者の方で、硬式テニスの基礎知識及び基本技能の習得、ゲーム等を行う | 5月19日(金)・24 日(水)・26日 (金)、6月2日 (金)・9日(金) の19時~21時、5月 30日、6月6日・13 日の火曜日20時~ 22時(全8回) | 30人 | 18歳以上の競技歴4年までの方(初心者) | 4月20日 (火曜日) | 無料 | 往復はがきまたはFAX278-5275 |