

# 仏生山公園内スポーツ施設(体育館・プール)

## スポーツ教室 参加者募集



講師は全て、TASS(高松市アドバイザースポーツシステム)登録指導者です。

### はつらつ若返り体操教室(第1期)

日時 4月4日～6月27日の金曜日 全11回  
(5月2日・16日は除く。)  
14:00～15:00

会場 仏生山公園体育館

定員 20歳以上の人で40人 参加費 6,600円

指導者 三木 祥子さん(健康運動指導士)

申込み 3月28日(金) 13:00～13:30 仏生山体育館で仮受付  
13:30の仮受付終了時に定員を超えれば、その場で抽選



### 脂肪燃焼エアロビクス教室(第1期)

日時 4月4日～6月27日の金曜日 全11回  
(5月2日・16日は除く。)  
15:30～16:30

会場 仏生山公園体育館

定員 18歳以上の女性で25人 参加費 6,600円

指導者 三木 祥子さん(健康運動指導士)

申込み 3月28日(金) 14:30～15:00 仏生山体育館で仮受付  
15:00の仮受付終了時に定員を超えれば、その場で抽選



### やさしいダイエットステップ教室(第1期)

日時 4月2日～6月25日の水曜日 全12回  
(5月7日は除く。)  
10:30～11:20

会場 仏生山公園体育館

定員 18歳以上の人で25人 参加費 7,200円

指導者 三木 祥子さん(健康運動指導士)

申込み 3月26日(水) 9:30～10:00 仏生山体育館で仮受付  
10:00の仮受付終了時に定員を超えれば、その場で抽選



### のぼしてほぐして 膝痛・腰痛予防エクササイズ(第1期)

日時 4月3日～6月26日の木曜日 全12回  
(5月1日は除く。)  
13:15～14:15

会場 仏生山公園体育館

定員 18歳以上の人で20人 参加費 7,200円

指導者 三木 祥子さん(健康運動指導士)

申込み 3月27日(木) 12:30～13:00 仏生山体育館で仮受付  
13:00の仮受付終了時に定員を超えれば、その場で抽選



### 卓球教室(第1期)

日時 5月8日～6月26日の木曜日 全8回  
15:00～17:00

会場 仏生山公園体育館

定員 18歳以上の人で24人 参加費 4,800円

指導者 高松市卓球協会

申込み 4月24日(木) 14:30～15:00 仏生山体育館で仮受付  
15:00の仮受付終了時に定員を超えれば、その場で抽選



### キッズ体操教室(第1期)

日時 4月8日～6月24日の火曜日 全10回  
(4月29日、5月6日は除く。)  
15:10～16:10

会場 仏生山公園体育館

定員 4月1日時点で4～5歳の幼児30人 参加費 5,000円

指導者 高松市コミュニティ・スポーツ指導者会

申込み 3月8日(土) 午前9時から3月25日(火) 午後5時まで、QRコードを読み取り、  
申込フォームからエントリー  
定員を超える場合は抽選



### 浮・浮・楽・楽 水中ウォーキング教室(第1期)

日時 4月2日～7月9日の水曜日 全11回  
(4月9日・16日・23日、5月7日は除く。)  
13:00～13:50

会場 仏生山公園温水プール

定員 20歳以上の人で30人 参加費 9,900円

指導者 本台 理恵さん(日本スポーツ協会公認スポーツ指導者)

申込み 3月26日(水) 12:00～12:30 仏生山プールで仮受付  
12:30の仮受付終了時に定員を超えれば、その場で抽選



### キッズスイミング教室(第1期)

日時 5月8日～7月10日の木曜日 全10回  
15:00～15:50

会場 仏生山公園温水プール

定員 4月1日時点で4～5歳の幼児20人 参加費 8,000円

指導者 日本水泳連盟公認水泳指導員

申込み 4月8日(火) 午前9時から4月24日(木) 午後5時まで、QRコードを読み取り、  
申込フォームからエントリー  
定員を超える場合は抽選



### やさしい水中リズムウォーキング教室(第1期)

日時 4月4日～6月27日の金曜日 全11回  
(4月11日、5月2日は除く。)  
13:00～13:50

会場 仏生山公園温水プール

定員 20歳以上の人で30人 参加費 9,900円

指導者 本台 理恵さん(日本スポーツ協会公認スポーツ指導者)

申込み 3月21日(金) 12:00～12:30 仏生山プールで仮受付  
12:30の仮受付終了時に定員を超えれば、その場で抽選



### 小学生水泳教室(第1期)

日時 5月8日～7月10日の木曜日 全10回  
17:00～17:50

会場 仏生山公園温水プール

定員 小学1～3年生の児童で20人 参加費 8,000円

指導者 日本水泳連盟公認水泳指導員

申込み 4月8日(火) 午前9時から4月24日(木) 午後5時まで、QRコードを読み取り、  
申込フォームからエントリー  
定員を超える場合は抽選



### 朝の機能改善ヨガ教室(第1期)

日時 4月2日～7月30日の水曜日 全15回  
(4月30日、5月7日、7月23日は除く。)  
9:15～10:05

会場 仏生山公園 管理棟 第5集会室

定員 18歳以上の人で15人 参加費 9,000円

指導者 三木 祥子さん(健康運動指導士)

申込み 3月26日(水) 9:45～10:15 仏生山体育館で仮受付  
10:15の仮受付終了時に定員を超えれば、その場で抽選



お問い合わせは  
高松市立仏生山公園内スポーツ施設  
TEL 087-888-5011 (体育館)