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

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

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

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

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～7月11日の金曜日　全11回
（4月11日・18日・25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

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

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

のばしてほぐして 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

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時までに、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

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時までに、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

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時までに、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

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