

高松市西部運動センター 夏期 スポーツ教室 参加者募集



夏休み小学生トランポリン教室

トランポリン上の跳躍により、空間における身体のコントロール能力を養います。

日時 8月21日(水)・22日(木)・23日(金)・28日(水)・29日(木) 全5回
13:15~14:45

定員 小学校1年生から3年生で24人
参加費 2,500円

指導者 高松市トランポリン協会
申込み 8月7日(水) 13:30に抽選



月曜ヨガ教室(第2期)

深いゆったりとした呼吸に合わせて、無理のないポーズを行います。体の柔軟性が向上して、肩こり・腰痛が改善され、体のラインも引き締まっていきます。

日時 8月5日~11月25日の月曜日 全12回
(8月12日、9月16・23日、10月14日、11月4日は除く。)
10:00~11:30

定員 50人 参加費 7,200円
指導者 今村和子さん(香川ヨーガ道友会)
申込み 7月22日(月)11:30に抽選



キッズトランポリン教室(第2期)

トランポリン上の跳躍により、空間における身体のコントロール能力を養います。

日時 10月2日~11月20日の水曜日 全8回
15:15~16:45

定員 4歳から5歳の幼児(令和6年4月1日現在)で24人
参加費 4,000円

指導者 高松市トランポリン協会
申込み 9月18日(水) 14:00に抽選

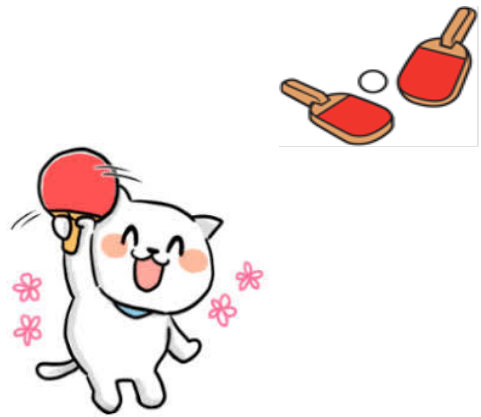


ラージボール卓球教室(第2期)

通常の卓球ボールより、直径が大きい年齢に関係なくラリーが続き、サーブプレシーブの差がなく誰にでも楽しめます。基礎から試合ができるまでをカリキュラムに沿って指導します。

日時 10月11日~11月20日の金曜日 全8回
9:30~11:30

定員 20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 9月20日(金) 13:30に抽選



参加ご希望の方は、各教室の申込日時に、高松市西部運動センター受付までお越しください。定員に達していない場合はお電話でも申込み可能です。

高松市西部運動センター
高松市鬼無町鬼無10-2
Tel 087-885-3344

