

# スポーツへのいざない

県民体育館・武道館だより『スポーツへのいざない』第86号 平成28年10月発行 発行元 公益財団法人高知県スポーツ振興財団



高知県民体育館で開催する



## スポーツ教室のご案内



お申込み方法

お電話でのみ受付！

088-831-1166

受付時間：8：30～20：30

### 月曜日開催

夜ヨガ3期

開催日●10/24・31  
 11/14・21・28  
 12/5・12・19  
 時間●19：00～20：10  
 定員●30名  
 講師●近森 ひろこ  
 料金●4,800円



9/23～受付中！

### 月曜日開催

バドミントン教室3期

開催日●10/24・31  
 11/7・14・21・28  
 12/5・12・19  
 時間●10：00～12：00  
 定員●30名  
 講師●中村 聡子・坂本 真人  
 料金●6,300円



9/26～受付中！

### 木曜日開催

ピラティス3期

開催日●11/10・17・24  
 12/1・15・22  
 1/12・19・26  
 時間●13：30～14：40  
 定員●20名  
 講師●西内 勝範  
 料金●4,950円



10/11受付開始！

### 金曜日開催

簡単リズム&ストレッチ

開催日●11/4・11・18・25  
 12/2・9・16  
 時間●13：30～14：40  
 定員●20名  
 講師●松岡 大介  
 料金●3,850円



10/14受付開始！

県民体育館からの  
お知らせ

## 大相撲高知場所が開催されます！

13年ぶりに開催される高知場所。明徳義塾出身の琴奨菊、また高知県出身の栃煌山、豊ノ島ら人気力士の迫力の土俵をお楽しみいただけます。

また真剣勝負のほか、握手会などファンとの交流も盛りだくさんです。皆様お楽しみに！

お問い合わせは DUKE まで。☎088-822-4488



「スポーツの秋」と言われるようになったのは、東京オリンピックがきっかけです。気候が穏やかで過ごしやすい秋は、スポーツを楽しむのに最適な時期です。でも気候面だけでなくダイエット面でも、運動効果を最大限に発揮でき代謝が高まる時期なのです。

当館でも様々なスポーツ教室を開催しています。是非ご参加いただいて、運動をして健康な体を作ってみませんか!?

「スポーツの秋」  
がやってきました!

県民体育館近隣の  
コインパーキング情報



「チケットパーク仲田町」  
駐車台数 18台・300円/日  
住所:高知市仲田町 1202-3  
※TSUTAYA 潮江店の南側。  
県民体育館まで徒歩で約5分。

今月も大きな催し物があり、駐車場の混雑が予想されます。コインパーキングもご利用ください。

電車

体育館

土佐道路

ファミレス

TSUTAYA

至鏡川大橋



←※ここです

## 県民体育館 NEWS



今月も沢山の方にご利用いただきました。ありがとうございました。



高校バスケットボール夏季大会



小学生秋季卓球選手権大会

# 大会・催し のご案内



## 高知県民体育館の11月予定表

日	曜	行事名	主催者	時間	場所
2	水	日本ハンドボールリーグ高知大会 (準備)	高知県ハンドボール協会	12:00~21:00	主競技場
3	木	日本ハンドボールリーグ高知大会		9:00~17:00	主競技場 補助競技場
5	土	高等学校冬季卓球選手権大会 (新人戦)	高知県卓球協会	7:30~21:00	主競技場
		高知市秋季卓球選手権大会		8:00~17:00	補助競技場
6	日	高等学校冬季卓球選手権大会 (新人戦)		8:00~18:00	主競技場
12	土	近畿大学九州短期大学 スクーリング授業	龍馬看護ふくし専門学校	9:00~17:00	主競技場
12	土	平成28年度高知県高等学校 バレーボール秋季大会兼	高知県バレーボール協会	17:00~21:00	主競技場 補助競技場
13	日	第69回全日本バレーボール 高等学校選手権大会高知県予選		8:00~17:00	主競技場 補助競技場
18	金	ソフトバレーボール	自治労高知県本部	13:30~20:00	主競技場
19	土	近畿大学九州短期大学 スクーリング授業	龍馬看護ふくし専門学校	9:00~17:00	主競技場
20	日	平成28年度高知市中学校 バスケットボール新人大会	高知県バスケットボール協会	8:00~18:00	主競技場 補助競技場
23	水	平成28年度高知市中学校 バスケットボール新人大会	高知県バスケットボール協会	8:00~18:00	主競技場
26	土	近畿大学九州短期大学 スクーリング授業	龍馬看護ふくし専門学校	9:00~17:00	主競技場
		第37回中央地区身体障害者 大運動会(準備)	高知市身体障害者連合会	17:00~21:00	主競技場
27	日	第37回中央地区身体障害者 大運動会		8:00~17:00	
		採用試験	兵庫県警察本部	8:30~17:00	補助競技場

## 高知県立武道館の 11 月予定表

日	曜	行事名	主催者	時間	場所
3	木	高知県高等学校空手道冬季大会 兼選抜予選	高体連空手道専門部	8:00~17:00	試合場
6	日	高知県高等学校柔道新人 (秋季)大会	高知県柔道協会	7:30~17:00	試合場
		昇格考試	高知県少林寺拳法連盟	9:00~15:00	剣道場
13	日	第 31 回高知県中学生空手道 選手権大会兼選抜予選	中体連空手道専門部	8:00~17:00	試合場
19	土	合同稽古	全国居合道高知県連盟	18:00~21:00	試合場
19	土	高知県高等学校剣道秋季新人大会	高体連剣道専門部	7:30~17:00	試合場
20	日				剣道場
23	水	強化訓練	高知武術太極拳協会	10:00~17:00	試合場
		高知県空手道連盟段級審査会	高知県空手道連盟	8:00~12:00	剣道場
25	金	高知県警察逮捕術大会	高知県警察本部	7:30~17:00	試合場 剣道場 柔道場
26	土	日本武術太極拳連盟初段検定試験	高知武術太極拳連盟	9:00~17:00	剣道場
27	日			9:00~12:00	
27	日	昇段審査会	高知県柔道協会	7:30~17:00	試合場
		後期・昇級・昇段審査会	武術空手高知松濤会	13:00~17:00	剣道場

※時間をご予約をいただいている時間で、競技開始及び入場開始時間ではありません。

## 高知県立弓道場の 11 月予定表

日	曜	行事名	主催者	時間	場所
4	金	第 60 回高知県高等学校 弓道冬季選手権大会	高体連弓道専門部	13:00~18:00	全館
5	土			7:30~19:00	
6	日			7:30~17:00	
12	土	弓道教室⑤	(公財)高知県スポーツ振興財団	8:30~13:00	全館
19	土	弓道教室⑥	(公財)高知県スポーツ振興財団	8:30~13:00	全館
20	日	近的選手権大会	高知県弓道連盟	8:00~15:00	近的
23	水	第 13 回高知県下中学校弓道 秋季選手権大会	高知県弓道連盟	9:30~15:00	近的
26	土	弓道教室⑦	(公財)高知県スポーツ振興財団	8:30~13:00	全館
27	日	百射会	高知県弓道連盟	8:00~18:00	近的



※時間をご予約をいただいている時間で、競技開始及び入場開始時間ではありません。

