

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73号 平成27年9月発行 発行元  公益財団法人高知県スポーツ振興財団

高知県立県民体育館で開催する スポーツ教室のご案内

全ての教室、お電話のみの先着受付順とさせていただきますのでご了承ください。

火

簡単健康体操教室

開催日◆ 9月29日

10月6日・13日・20日・27日

11月10日・17日・24日

12月1日・8日・15日・22日

9/15(火)より
電話受付スタート!

時 間◆午後1時30分～2時40分

定 員◆20名/18歳以上(高校生除く)

講 師◆中川 泰子氏(健康運動指導士)

料 金◆6,000円(全12回)

脂肪を燃焼させる有酸素運動などを中心に、「誰でも・どこでも・いつでも」をテーマに、比較的やさしく簡単にできる運動を紹介しています。ぜひ、運動習慣のない方も安心してご参加下さい。

月

バドミントン教室3期

9/7(月)より
電話受付スタート!

開催日◆10月5日・19日

11月2日・9日・16日・30日

12月7日

時 間◆午前10時～12時

定 員◆30名/18歳以上(高校生除く)

講 師◆中村 聡子氏、坂本 真人氏

料 金◆4,900円(全7回)

月

夜ヨガ教室3期

10/5(月)より
電話受付スタート!

開催日◆10月19日・26日

11月2日・9日・16日・30日

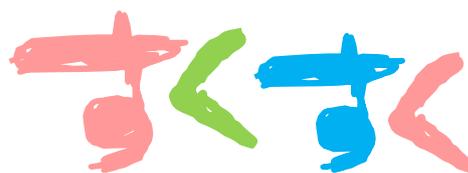
12月7日・14日

時 間◆午後7時～8時10分

定 員◆30名/18歳以上(高校生除く)

講 師◆近森 ひろこ氏

料 金◆4,800円(全8回)



応援クーポン
使えます！

使用期限：平成28年2月29日

※室内プールのみお使いいただけます。

【使用例】

※30枚綴りの回数券もあります。

中学生(冷水)プール回数券(12回分) 850円→クーポン券1枚+現金350円

小学生(温水)プール回数券(12回分) 1080円→クーポン券2枚+現金80円

中学生(温水)プール回数券(12回分) 2260円→クーポン券4枚+現金260円

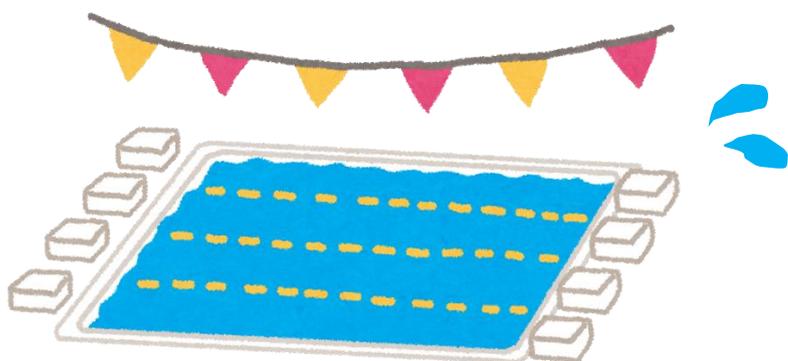
【使用上の注意】

- ・クーポン券を使う場合は有人窓口で精算してください。
- ・クーポン券から、おつりの出る使い方はできません。
- ・現金精算後にクーポン券での払い戻しはできません。

【お問合せ】

高知市子ども未来部 子育て給付課

☎ 088-823-9447





今年も、県民体育館室内プールで
夏休み小学生水泳教室1期・2期を
開催いたしました(・o・)



毎年、恒例となっております。夏休み小学生水泳教室！今年も県民体育館室内プールで開催いたしました。1期を7月21日(火)～7月30日(木)、2期を8月18日(火)～8月28日(金)の日程でどちらも全8回で開催しました。

参加者は、小学1年生から6年生までの20名で、水慣れクラス、クロール習得Aクラス・クロール習得Bクラスの3クラスに別れて、それぞれのクラスで苦手なところなどを先生に丁寧に教えてもらい、教室終了後には泳ぐのが苦手だった子供たちが泳げるようになり、私たち職員も、8日間という短い期間ではありますが真近で子どもたちの成長が見ることができ、とても嬉しく感じました。

一部ですが、最終日の閉講式の際にご協力頂いたアンケートの感想をご紹介します(・o・)

・楽しい遊びの雰囲気を大切にする中で、的確な泳法の指導を子ども1人ひとりに合わせて熱心にしていただきました。ひたすら感謝です。ありがとうございました。

・大変に良い指導をしてくださいました。25m以上の完泳ができました。ありがとうございました。

・ほとんど泳げない状態から泳げるようになった事で、本人も楽しく泳げるようになりました。ありがとうございました。来年もよろしくお願いします。

・やさしく教えてもらえて、とても楽しかったと言っているし見ていた兄弟も次回参加しがりました。水泳がはじめてなので、好き・楽しいという、いい思い出になりました。水泳をならいに行きます。

・個々に対応した指導で楽しく通う事ができました。水泳が好きになって良かったです。

などなど、他にも心温まる感想をたくさんいただいております。ありがとうございました。

日	曜	行事名	主催者	時間	場所
2	金	第50回土佐はし拳全日本選手権大会(準備)	高知県酒造組合	17:00~21:00	主競技場
3	土	第50回土佐はし拳全日本選手権大会		8:30~21:00	主競技場
4	日	県民スポーツフェスティバル2015(バドミントン)	高知県教育委員会事務局 スポーツ健康教育課	8:30~17:00	主競技場
4	日	バスケットボール県リーグ戦	高知県バスケットボール協会	8:00~19:00	補助競技場
8	木	健康まつり	高知市老人クラブ連合会	7:30~17:00	主競技場
10	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
11	日	県民スポーツフェスティバル2015(ラージボール卓球)	高知県教育委員会事務局 スポーツ健康教育課	7:30~18:00	主競技場
12	月	職員運動会	近森病院	7:30~17:00	主競技場
17	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
18	日	第33回高知県スポーツレクリエーション大会 (フォークダンス)	高知県教育委員会事務局 スポーツ健康教育課	8:30~17:00	主競技場
18	日	第42回全国クラブバスケットボール大会高知県予選	高知県バスケットボール協会	8:00~19:00	補助競技場
24	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
24	土	第36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
25	日	第36回中央地区身体障害者大運動会		8:00~17:00	主競技場
25	日	バスケットボール県リーグ戦	高知県バスケットボール協会	8:00~19:00	補助競技場
30	金	体育祭	高知福祉専門学校	8:30~17:00	主競技場
31	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
31	土	レディース秋季卓球選手権大会	高知県卓球協会	7:30~18:00	補助競技場

※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。

弓道場

10月予定表

日	曜	行事名	主催者	時間	場所
3	土	弓道教室	(公財)高知県スポーツ振興財団	8:30~12:30	全館
4	日	県民スポーツフェスティバル2015	高知県教育委員会事務局 スポーツ健康教育課	8:00~17:00	全館
10	土	弓道教室	(公財)高知県スポーツ振興財団	8:30~12:30	全館
11	日	10月例会	高知県弓道連盟	8:00~15:00	近的射場
17	土	弓道教室	(公財)高知県スポーツ振興財団	8:30~12:30	全館
18	日	講習会(地連審査対象者)	高知県弓道連盟	9:00~17:00	近的射場
24	土	弓道教室	(公財)高知県スポーツ振興財団	8:30~12:30	全館
25	日	第3回定期審査	高知県弓道連盟	7:30~17:00	全館
30	金	第59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	13:00~19:00	全館
31	土			7:30~19:00	全館

※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。