

高知県立県民体育館

スポーツ教室

1 日無料体験会

複数教室の申し込みができます


令和8年3月20日 (金・祝日)

1F

主競技場 (定員80名/ ZUMBAは100名)

時間	内容	講師
9:10 } 10:10	ラージボール卓球 	岡本詳司
10:20 } 11:20	バドミントン 	中村聡子 三好航大
11:30 } 12:10	ファイティングエクササイズ	大崎まや

昼休み

13:00 } 13:40	美BODYエクササイズ	松岡真優
13:50 } 14:30	ZUMBA® ~夜~ (承認No: 36597) ● 定員100名 	NAO
14:40 } 15:20	らくらく健康フィットネス	松岡真優



アンジェラズキッチンさん



おにぎりや農園さん



まるみさん



lucky-eatさん



みなせん428号さん



八百バルさん



ANAKearringsさん

※注意事項

当日、申込書の記入をお願いします。いただいた個人情報は、当教室以外の目的には使用しません。
悪天候・講師の都合等により体験が中止になる場合があります。
教室中、写真・動画撮影を行い、広報誌・HP・SNSへ掲載することがあります。

受付方法
来館 または
お電話で
お申込み下さい

3/1
(日)
8:30より
申込受付
スタート

無料貸出
ラケット
ヨガマット
あります

体育館シューズはご持参下さい ◆一部教室は不要

※お申込は18歳以上 (高校生不可) ★小学生限定は除く

【お申込・お問合せ】

高知県立県民体育館

(公財) 高知県スポーツ振興財団

〒781-8010 高知市棧橋通2丁目1番53号

☎ 088-831-1166

※駐車場には限りがあります

公共交通機関のご利用をお願いします

