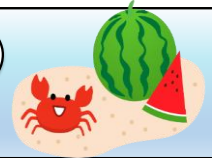


仏生山公園内スポーツ施設(体育館・プール)

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2期)

日時 10月16日～12月25日の金曜日 全11回
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 10月9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2期)

日時 10月21日～12月23日の水曜日 全9回
(11月25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 5,400円
指導者 三木 祥子さん(健康運動指導士)
申込み 10月7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



キッズ体操教室(第2期)

日時 10月6日～12月15日の火曜日 全10回
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 9月6日(日)午前9時から9月17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



浮・浮・楽・楽 水中ウォーキング教室(第2期)

日時 9月16日～12月23日の水曜日 全12回
(9月23日、10月14日、11月25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 10,800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 9月9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2期)

日時 9月25日～12月18日の金曜日 全12回
(10月16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 10,800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 9月18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2期)

日時 8月5日～12月9日の水曜日 全15回
(8月12日、9月23日、10月14日、11月25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 7月29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2期)

日時 10月16日～12月25日の金曜日 全11回
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 10月9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



のびしてほぐして 膝痛・腰痛予防エクササイズ(第2期)

日時 10月15日～12月17日の木曜日 全9回
(11月26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 5,400円
指導者 三木 祥子さん(健康運動指導士)
申込み 10月1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



卓球教室(第2期)

日時 10月8日～11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 10月1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



キッズスイミング教室(第2期)

日時 9月10日～11月26日の木曜日 全10回
(9月24日、10月15日は除く。)
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 8月10日(月)午前9時から8月27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2期)

日時 9月10日～11月26日の木曜日 全10回
(9月24日、10月15日は除く。)
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 8月10日(月)午前9時から8月27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
TEL 087-888-5011 (体育館)