

# バス&ウオーク パワースポット! 「天橋立」を歩く

松島、宮島と並ぶ日本三景「天橋立」。見て、歩いて、その魅力のすべてを満喫してみませんか。

- 【と き】 10月19日(日) ※雨天決行  
7時集合(市民体育館) ※7時30分出発
- 【コース】 市民体育館発→長浜IC→「ふるさとミュージアム丹後」→「傘松公園(天橋立股のぞき)」→「元伊勢籠神社」→「真名井神社」→「天橋立神社」→「智恩寺」→「天橋立市営駐車場」～長浜IC→市民体育館着  
※ウオーキング約10km
- 【定員】 196人(先着順)
- 【参加費】 5,500円(弁当・傘松公園ケーブル片道料金含む)  
※ながはまウォークらぶ会員は500円引き  
※当日お持ちください。
- 【申込み】 8月20日(水)受付開始。電話で下記まで。
- 【その他】 10月11日(土)以降のキャンセルは実費分2,000円が必要となります。
- 問・申 市民体育館(☎63-9806)



(公財)長浜文化スポーツ振興事業団から、講座・教室・イベントの情報をお届けします!



## 市民体育館 スポーツ教室受講生募集

運動で心も体もリフレッシュ!  
健康のため体を動かしてみませんか。



各教室  
9月～12月  
開講

## 市内スポーツ大会・教室情報NAVI

問 生涯学習・文化スポーツ課  
(☎65-8787)

友だちや家族と一緒に参加して、楽しく爽やかな汗を流しませんか。詳細や参加申込みは各事務局まで。

### ○ふるさと歴史ウォーク

「軍師官兵衛」ゆかりの地や木之本の街並みなど約10kmを、楽しみながらマイペースで歩きます。

- 【と き】 9月23日(火・祝)9時～12時30分
- 【集 合】 JR木之本駅前
- 【参加費】 小学生以下1,000円 中学生以上1,500円  
※「黒田官兵衛博覧会」大河ドラマ館入館券、賤ヶ岳リフト代、保険代込
- 【先 着】 50人(先着順)
- 【申込締切】 9月12日(金)まで  
※ウォーキング用ポール貸出あり(要予約)
- 問・申 長浜市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会  
(☎65-8787)

### ○フィットネス体験教室(9月～11月)

- ・ヨガ&ピラティス 毎週火曜日  
19時30分～20時30分
- ・エアロビクス 毎週水曜日  
10時～11時
- ・フラダンス 毎週木曜日  
13時30分～15時

- 【場 所】 木之本スティックホール
- 【受講料】 5,000円(各教室10回)
- 【申込み】 電話で下記まで
- 問・申 きのもとeye's事務局 (☎82-4119、  
クラブ携帯080-2441-3849)



### 第44回滋賀県芸術文化祭参加事業

### 第39回長浜市芸術文化祭行事9月開催事業

問 長浜市芸術文化祭実行委員会  
(☎63-7400)

#### ◇第66回長浜市美術展覧会

第1期：洋画、写真、工芸の展示  
8月30日(土)～9月4日(木)第2期：日本画、書、彫刻の展示  
9月9日(火)～14日(日)9時～17時(最終日は16時)、長浜文化芸術会館、出品料500円

#### ◇第14回心の響きシリーズ 箏・尺八コンサート

9月7日(日)13時30分～16時30分、長浜ロイヤルホテル、箏・三絃・尺八で最近の曲を含め11曲を演奏します。

#### ◇うたごえ会

9月15日(月・祝)13時～15時、市民交流センター、ピアノ・ヴァイオリ

ンの生演奏で童謡・唱歌・フォークソングなどを皆で歌います、500円

#### ◇ENJOY! Afternoon Concert vol.2 ～室内楽への誘い～

9月15日(月・祝)13時30分～16時30分、長浜文化芸術会館、五種類の管楽器による多様な音色が楽しめるコンサート、大人1,500円、高校生以下1,000円(当日各500円増)

#### ◇新沢としひこコンサート 「たったひとつのハーモニー」

9月27日(土)18時30分～20時40分、小谷保育園、シンガーソングライターであり絵本作家でもある新沢とし

ひこさんをお迎えしてのコンサート、一般1,000円、中学・高校生500円

#### ◇滋賀岳心会秋季温習発表会

9月28日(日)9時～16時30分、湖北文化ホール、吟詠・和歌・俳句・新体詩などに新しい譜を付け、オーケストラ(カラオケ)の伴奏でより音楽的な吟詠を楽しめます。

#### ◇長浜茶道愛交会

9月28日(日)、10月5日(日)、11月2日(日)9時～14時、長浜慶雲館、茶道の素晴らしさを伝えるお茶会、1,300円

※参加費表記のない  
行事は入場無料

### ★運動不足解消、筋力維持をめざそう!

教室名	受講料	日程	定員	内 容	講 師
はじめてのフィットネス フラダンス教室	8回 5,200円	水曜日(10月1日～) 10時～11時30分	15人	初心者対象	A F A A認定 藤本朋子先生
ソフトエアロビクス教室	10回 7,200円	水曜日(10月1日～) 10時～11時30分	15人	音楽に合わせた軽運動です。 初心者大歓迎。	A D I認定 疋田幸子先生
初心者卓球教室	4回 3,100円	木曜日(10月9日～) 10時～11時30分	15人	ラケットの握り方など基礎から 指導します。	長浜市卓球協会
初心者バドミントン教室	10回 7,200円	水曜日(10月1日～) 10時～11時30分	20人	初心者対象	長浜市 バドミントン協会
ナイター硬式テニス教室	10回 7,200円	月曜日(9月22日～) 19時30分～21時	20人	初心者対象	協会公認コーチ 坂佳則先生

※ソフトエアロビクス教室、初心者卓球教室は中高年対象です。

### ★美しく健康な体をつくろう!

教室名	受講料	日程	定員	内 容	講 師
身体調整、疲労回復 リンバストレッチ教室	10回 7,200円	木曜日(9月25日～) 10時～11時	20人	軽ストレッチでリンバ循環を改善し 美身体を目指します。	フィットネス講師 森野善誠先生
美しい姿勢づくり 初心者ピラティス教室	10回 7,200円	土曜日(9月27日～) 10時～11時	20人	身体のゆがみやボディバランスを 整えます。	ピラティス認定 藤井聡子先生
ビューティーヨガ教室 夜コース	10回 7,200円	水曜日(9月17日～) 19時45分～21時	30人	美しく健康な身体づくりに最適 なヨガ教室です。	ヨガ講師 北京子先生
ビューティーヨガ教室 昼コース	10回 7,200円	火曜日(9月30日～) 13時30分～14時45分	30人		
ポディーケアヨガ教室①	10回 7,200円	月曜日(9月22日～) 13時30分～14時45分	30人	体をほぐしながら補整していく ヨガ教室です。	
ポディーケアヨガ教室②	10回 7,200円	月曜日(9月22日～) 15時～16時15分	30人		

### ★音楽に合わせて親子で楽しく運動しよう!

教室名	対 象	受講料	日 程	定員	内 容	講 師
おやこDE あそびクス 教室	2,3歳児 と保護者	8回 5,200円	金曜日(10月3日～) 10時～11時	15組	音楽にあわせて親子で 楽しく運動しよう!	A F A A認定 藤本朋子先生

【申込み】 8月19日(火)8時30分から受付開始。所定の申込書に受講料を添えて下記まで。電話申込みも可。ただし、定員になり次第受付終了となります。  
※定員に達しない場合は、開講しない場合もあります。  
※受講料は原則としてお返しできません。  
市民体育館(宮司町) ☎63-9806

