



(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♪



春です!スポーツの季節到来!  
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  
5月~7月  
期間内で開講



### ★運動不足解消、筋力維持をめざそう!

| 教室名                    | 対象 | 受講料           | 曜日・時間             | 定員  | 講師                   | 内容                           |
|------------------------|----|---------------|-------------------|-----|----------------------|------------------------------|
| はじめてのフィットネス<br>フラダンス教室 | 一般 | 8回<br>5,200円  | 水曜日<br>10時~11時30分 | 15人 | A F A A 認定<br>藤本朋子先生 | 初心者のためのフィットネス<br>フラダンスの教室です。 |
| タイチーダンス<br>(太極舞) 教室    |    | 10回<br>7,200円 | 水曜日<br>10時~11時30分 | 15人 | A D I 認定<br>正田幸子先生   | 音楽に合わせた太極拳舞踊です。<br>初心者大歓迎。   |
| 初心者バドミントン教室            |    | 10回<br>7,200円 | 水曜日<br>10時~11時30分 | 20人 | 長浜市<br>バドミントン協会      | 初心者のための<br>バドミントン教室です。       |
| ナイター硬式テニス教室            |    | 10回<br>7,200円 | 月曜日<br>19時30分~21時 | 20人 | 協会公認コーチ<br>坂佳則先生     | 初心者のための<br>硬式テニス教室です。        |

### ★美しく健康な体をつくろう!

| 教室名                     | 対象 | 受講料           | 曜日・時間                | 定員  | 講師                 | 内容                              |
|-------------------------|----|---------------|----------------------|-----|--------------------|---------------------------------|
| 身体調整、疲労回復<br>リンパストレッチ教室 | 一般 | 10回<br>7,200円 | 木曜日<br>10時~11時       | 20人 | フィットネス講師<br>森野善誠先生 | 軽ストレッチでリンパ循環を<br>改善し美骨美筋を目指します。 |
| ビューティーヨガ教室<br>夜コース      |    | 10回<br>7,200円 | 水曜日<br>19時45分~21時    | 30人 | ヨガ講師<br>北京子先生      | 美しく健康な身体づくりに<br>最適なヨガ教室です。      |
| ビューティーヨガ教室<br>昼コース      |    | 10回<br>7,200円 | 火曜日<br>13時30分~14時45分 | 30人 | ヨガ講師<br>北京子先生      | 美しく健康な身体づくりに<br>最適なヨガ教室です。      |
| ポディーケアヨガ教室①             |    | 10回<br>7,200円 | 月曜日<br>13時30分~14時45分 | 30人 | ヨガ講師<br>北京子先生      | 体をほぐしながら<br>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<br>7,200円 | 月曜日<br>15時~16時15分    | 30人 | ヨガ講師<br>北京子先生      | 体をほぐしながら<br>補整していくヨガ教室です。       |

### ★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          | 曜日・時間          | 定員         | 講師                   | 内容                      |
|-------------------|---------------|--------------|----------------|------------|----------------------|-------------------------|
| おやこDE あそびクス<br>教室 | 2,3歳児と<br>保護者 | 8回<br>5,200円 | 火曜日<br>10時~11時 | 15組<br>30人 | A F A A 認定<br>藤本朋子先生 | 音楽にあわせて親子で楽し<br>く運動しよう! |

- 申込方法 4月20日(月)から市民体育館で受付を開始します。  
所定の申込書に受講料を添えて申込みください。  
電話での申込みも可能。ただし定員になり次第受付終了です。
- その他 受講料は原則としてお返しできません。
- 問合せ 市民体育館(宮司町) ☎63-9806



## 第2回近世城下町ふるさとまつり

全国各地で城下町を中心に発展して  
きた地域が長浜に集まり、武将パレ  
ードや特産品を持ち寄った楽市楽座、  
「城下町」をテーマにした交流会など  
様々なイベントを開催します。

【とき】6月6日(土)、7日(日)  
【ところ】 中心市街地一帯

### ◆◇ 武将パレード 参加者募集 ◇◇

近世城下町ふるさとまつり武将パレードの参加者を募集しま  
す。無料で甲冑の貸出しも行います。

【とき】6月6日(土)11時~16時  
【ところ】 中心市街地一帯(豊公荘(公園町) 集合)  
【対象】40人(先着順) ※18歳以上、男女問わず。  
※申込受付は4月20日(月)から。詳しくは下記まで。  
問・申 観光振興課 ☎65-6521 http://kitabiwako.jp

## 市内スポーツ大会・教室情報NAVI

問文化スポーツ課 ☎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。

### 第3回ピース杯 ソフトボール大会

初心者から経験者まで、誰もが楽しめる  
独自ルール(ウィンドミル・盗塁なし)のソ  
フトボール大会です。

【とき】5月10日(日)9時~14時  
【ところ】 日本電気硝子グラウンド・  
高月運動広場「運動場」(高月町高月)

【対象】中学生以上  
【参加費】1チーム3,000円  
【チーム編成】中学生以上で、男女構成も自由としま  
す。自治会チームでの参加歓迎!  
【申込み】5月7日(木)12時までに下記まで。  
問・申 高月総合型スポーツクラブ ピース事務局  
(前田接骨院内) ☎85-2291

### ユニカールフレンドリーカップ

子どもからお年寄りまで、未経験  
者でも楽しめるユニカール!「ユニ  
カールのまち きのもと」で、県内  
外から多数の参加チームを迎えての  
大会です。



【とき】5月24日(日)9時~14時  
【ところ】 木之本運動広場体育館(木之本町西山)  
【参加費】小学生100円、中学生以上300円  
【チーム編成】1チーム3名(補欠1名)  
※1名での参加申込みは、主催者でチーム編成します。  
問・申 きのもとeye's事務局(木之本運動広場体育館内)  
☎080-2441-3849

記事広告

### ■長浜市浅井B&G海洋センター

## 春のスポーツ教室 参加者募集 (5月開講)

| 教室名             | 期間・時間                                | 対象 | 受講料           | 定員  | 場所                           | 内容                              |
|-----------------|--------------------------------------|----|---------------|-----|------------------------------|---------------------------------|
| 硬式テニス<br>ナイター教室 | 5月12日~6月4日<br>毎週火・木曜日<br>19時30分~21時  | 一般 | 8回<br>7,300円  | 20人 | 浅井文化スポーツ公園<br>テニスコート         | 初心者から中級者ま<br>でレベルに応じて指<br>導します。 |
| ヨガ教室            | 5月14日~7月2日<br>毎週木曜日<br>19時30分~20時30分 |    | 8回<br>6,200円  | 20人 | 浅井B&G<br>海洋センター<br>トレーニングルーム | 心身のリフレッシュに<br>最適です。             |
| ゴルフ教室           | 5月13日~7月1日<br>毎週水曜日<br>19時30分~21時    |    | 8回<br>16,000円 | 20人 | あざい<br>365ゴルフクラブ             | クラブの握り方など<br>基本から学ぶことが<br>できます。 |

【申込方法】4月17日(金)から浅井B&G海洋センターにて受付を開始します。  
受講料を添えてお申込みください(電話予約可)。定員になり次第受付を終了します。  
【その他】自己都合のキャンセルの場合は、受講料は原則としてお返しできません。  
問 浅井B&G海洋センター ☎74-3355