

(期) 長浜文化スポーツ振興事業団からのお知らせ

ぶんスポちゃんねる!

【ぶんスポちゃんねる】は文化・スポーツの生きた情報をお届けします!

秋の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 期間内で開講

【申込方法】 9月2日(金)から市民体育館にて申込受付けを開始します。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】 定員に達しない場合は、開講しない場合もございます。受講料は原則としてお返しできません。

問 市民体育館 (☎63-9806)

★運動不足解消、筋力維持を目指そう!

教室名	対象	受講料	曜日・時間	定員	講師	内 容
初めてのフィットネスフラダンス教室	一般	8回 5,000円	水曜日 10時～11時30分	15人	AFAA認定 藤本朋子先生	初心者のためのフィットネスフラダンスの教室です。
健康エクササイズ教室	一般 中高年	10回 7,000円	木曜日 10時～11時30分	15人	AFAA認定 藤井聡子先生	音楽に合わせた軽運動です。初心者大歓迎。
初心者卓球教室	一般 中高年	4回 3,000円	木曜日 10時～11時30分	15人	長浜市卓球協会	ラケットの握り方など基礎から指導します。
初心者バドミントン教室	一般	10回 7,000円	水曜日 10時～11時30分	20人	長浜市バドミントン協会	初心者のためのバドミントン教室です
初心者ソフトテニス教室	一般	6回 4,000円	木曜日 10時～11時30分	20人	長浜ソフトテニス協会	初心者のためのソフトテニス教室です。

★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
美しい姿勢づくり 初心者ピラティス教室	一般	10回 7,000円	土曜日 10時～11時	20人	AFAA認定 藤井聡子先生	身体のゆがみやボディバランスを整えます。
ビューティーヨガ教室 夜コース	一般	10回 7,000円	水曜日 19時45分～21時	30人	日本ヨガ連盟認定 北京子先生	美しく健康な身体づくりに最適なヨガ教室です。
ビューティーヨガ教室 昼コース	一般	10回 7,000円	火曜日 13時30分～14時45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	曜日・時間	定員	講師	内 容
おやこDEあそびクス教室	2、3歳児 と保護者	6回 4,000円	金曜日 10時～11時	15組 30人	AFAA認定 藤本朋子先生	音楽に合わせて親子で楽しく運動しよう!

お知らせ

長浜サンパレス講座受講生募集

「なにかを学びたい・始めたい」そんなあなたを応援します!

【開講期間】 10月～3月(一部講座を除く)

【対 象】 原則18歳以上の人 (一部講座を除く)

【申込期間】 9月4日(日)から 初日のみ8時30分受付開始

【申込方法】 長浜サンパレスに設置の申込用紙に記入のうえ、お申込ください (受講料納付は初回目) 電話、FAXによる申込、申込予約は受け付けません。定員になり次第受付終了となります。

【その他】 定員に達しない場合は開講しないこともあります。受講料は原則としてお返しできません。 ※詳しくは、長浜サンパレスへ電話でおたずねください。

開館時間 平日・土曜：9時～21時30分 日曜・祝日：9時～17時

問 長浜サンパレス(☎64-1444)

講座名	開講日時	回数	受講料	定員	講座名	開講日時	回数	受講料	定員
中国語(継続・経験者)	月19時～20時30分	18回	18,000円	15人	★キッズFunFunピクス	木15時10分～16時	12回	8,500円	15人
ピラティス(午前)	月10時～11時20分	18回	11,000円	20人	ウォーキング	木18時30分～20時	18回	11,000円	15人
季節のスイーツ	月18時30分～20時30分	6回	11,000円	18人	日本料理	木18時30分～20時30分	12回	16,000円	18人
親子リトミック(わくわく)	火10時～10時45分	12回	8,500円	15組	無国籍料理	木18時30分～20時30分	6回	11,000円	18人
親子リトミック(きらきら)	火11時～11時45分	12回	8,500円	15組	カルチャー講座音読	金10時～11時30分	18回	13,000円	20人
書道・ペン習字	火13時30分～15時30分	18回	15,000円	25人	ヨガ1	金19時～20時20分	18回	11,000円	20人
エアロピクス	火18時30分～19時30分	18回	10,000円	20人	みどりせんせいの食育家庭料理	土10時～12時	12回	16,000円	18人
ピラティス(夜)	火18時40分～20時	18回	11,000円	20人	カラーコーディネート	土10時～11時30分	12回	12,000円	10人
中国語(基礎)	水19時～20時30分	15回	15,000円	15人	ヨガ2(初心者)	土10時～11時20分	18回	11,000円	20人
書道・ペン習字	水18時30分～20時30分	18回	15,000円	25人	ヨガ3(経験者)	土11時30分～12時50分	18回	11,000円	20人
着物着付け	水19時～21時	12回	11,000円	15人	洋画入門	土18時30分～20時30分	12回	12,000円	18人
太極拳(初級)	水19時30分～21時	18回	11,000円	18人	ピラティス(夜)	土19時～20時20分	18回	11,000円	20人
イタリア料理	水18時30分～20時30分	6回	11,000円	18人	キッズダンス(継続者経験者)	日10時～10時50分	12回	8,500円	15人
チェアーエクササイズ	木10時～11時20分	18回	11,000円	20人	キッズダンス(初心者)	日11時～11時50分	12回	8,500円	15人
ヨガ4	木13時30分～14時50分	18回	11,000円	20人					

※各料理講座の開講日は重複しません。※親子リトミック(わくわく)の対象者は10月1日現在で1歳の乳児、(きらきら)は2、3歳の幼児。 ※キッズダンス(初心者)の対象者は小学低学年。 ※キッズFUNFUNピクスの対象者は、平成18年4月～平成20年3月生まれの幼児。

長浜きもの大園遊会

10月15日(土)

参加者は抽選で海外旅行など豪華賞品が
あたる抽選会に参加いただけます。

参加者募集

【応募資格】

- 着物姿で参加できる18歳以上40歳未満の女性(平成23年4月1日現在)
- プライバシーポリシー^{注1}を承認される人

【募集人数】 1,000人※先着順

【応募締切】 9月30日(金) 当日消印有効

【参加料】 無料

【ところ】 豊公園/大通寺/市街地商店街一帯など

長浜きもの大學2011

和楽衣～ワライ・笑～

11月19日(土)

応募方法(大園遊会、大學共通) インターネット(PC <http://www.nagahamashi.org/syusse>、携帯 <http://www.nagahamashi.org/mob>)、往復ハガキで応募できます。詳しくは、下記まで。

問 観光振興課 (☎65-6521)

「長浜きもの大學」はますます講座を充実させてみなさんの参加をお待ちしております!

【応募資格】

- 着物姿で参加できる人(男女年齢を問わず)
- プライバシーポリシー^{注1}を承認される人

【募集人数】 360人※先着順

【応募締切】 9月30日(金) 当日消印有効

【参加料】 3,000円

講座の種類は、チラシまたは長浜観光協会のホームページをご覧ください。

注1 プライバシーポリシーとは、個人情報取扱に関する取り決めのこと。詳しくは、長浜観光協会のホームページでご確認ください。