

神照運動公園(長浜市民プール) 秋のスポーツ教室受講生募集!!

スポーツの秋! 心と体の健康のためにスポーツしよう!
シェイプアップ、運動不足解消、楽しみながら健康づくり!



■夜のスポーツ教室 後期開講期間は10月～3月

教室名	対象	曜日	時間	受講料	定員	講師	内容
ヒップホップダンス (ビギナー)	一般 (小学3年生以上)	月	18時30分～19時40分	18回 12,000円	15人	野村 侑加 先生	ヒップホップの基礎を中心にゆっくりと分かりやすく指導していきます。
ヒップホップダンス	一般 (小学3年生以上)	月	19時50分～21時	18回 12,000円	15人	野村 侑加 先生	応用編として基礎の動きをアレンジして、よりダンスのスキルを上げることが目標にゆっくり進めます。
ウォーキング	一般	火	19時～20時	18回 12,000円	15人	平田 幸子 先生	ウォーキングの正しい知識を身につけて脂肪燃焼効果や血行改善などの健康づくりをします。
ZUMBA®	一般	水	19時～20時	18回 12,000円	15人	Nancy 先生	心肺機能を向上させ脂肪燃焼効果もあるダンスフィットネスエクササイズです。
Calsonation (サルセーション)	一般	水	20時15分～21時15分	18回 12,000円	15人	Nancy 先生	音楽を心と体で感じ歌詞を踊りで表現し、楽しみながら自然に体幹を鍛えていくダンスプログラムです。初心者でも参加できます。
美姿勢ヨガ	一般	木	19時～20時20分	12回 8,000円	20人	村上 憲衣 先生	猫背やゆがみを改善しながら、きれいな姿勢へと優しく整えていきます。
ヨガ(ナイト)	一般	金	19時～20時	18回 12,000円	20人	小宮山 和子 先生	呼吸、ポーズ、意識を大切に動きます。自分の体調に合わせた動きを楽しむヨガをします。
パワーヨガ	一般	土	19時～20時20分	18回 12,000円	20人	小林 勤 先生	インナーマッスルを鍛えたい人やダイエットしたい人にお勧めです。

教室の申込みについて

- 【受付開始】9月22日(日)8時30分～(定員になり次第受付終了)
- 【申込方法】神照運動公園事務所にある申込用紙に必要事項を記入してお申し込みください。
※初日のみ、電話での申込み・受付予約はできません。
- 【開講場所】長浜市民プール2階 休憩室(冷暖房完備)
- 【対象】一般(一部講座を除く)
- 【その他】受講料は、開講初日に納めてください。
受講料は原則としてお返しできません。
各教室の開講日程については下記までお問い合わせください。



問・申 (公財)長浜文化スポーツ振興事業団(神照運動公園)(☎65-3399)

第49回滋賀県芸術文化祭参加事業 「第44回長浜市芸術文化祭」行事 9月下旬・10月上旬の開催事業

問 長浜市民芸術文化創造協議会(長浜文化芸術会館)(☎63-7400)

◆滋賀岳心会秋季温習発表会

9月29日(日)9時～16時/湖北文化ホール/浅井出身の五先賢に寄せて、その足跡を吟詠を通じ辿ります。また、新元号に合わせて万葉集の和歌を歌います。

◆愛知室内オーケストラ

第5回長浜定期演奏会

9月29日(日)14時～/浅井文化ホール/愛知室内オーケストラによる第5回定期演奏会。本格的なクラシック音楽をお楽しみ下さい。/一般3,000円(当日3,500円)、中学生以下2,000円(当日2,500円)、親子ペア4,500円(当日5,500円)

◆湖北オーケストラ第2回定期演奏会

9月29日(日)14時～/長浜文化芸術会館/ウェバー「魔弾の射手序曲」シベリウス「交響詩フィンランディア」シュトラウスII世「喜歌劇こうもり」より「アデーレのアリア」ソプラノ:協阪 法子 ベートーヴェン「交響曲第5番運命」/1人500円

◆北郷里フェスティバル

10月5日(土)9時～16時、6日(日)9時～15時/北郷里まちづくりセンター及び周辺/各サークル作品展示発表自治会による模擬店。

◆長浜だから舞夢ろまん

10月6日(日)13時30分～/長浜武徳殿/「令和の心を舞う侍 輝く個性長浜ならではの歴史大河に迫る。」川中島、賤ヶ岳懷古、浅井長政、石田三成、太田道灌、ふるさとなどの剣舞、歌謡舞を演じます。

◆第30回記念長浜アーティスト協会展、アウグスブルク市・長浜市姉妹都市提携60周年記念美術展

10月11日(金)13時～17時、12日(土)13日(日)9時～17時、14日(月・祝)9時～16時/長浜文化芸術会館/アウグスブルク市・長浜市姉妹都市提携60周年と本協会30周年を記念し、姉妹都市の作品画像と会員作品を展示します。

※参加費表記のない行事は入場無料です。



◀芸術文化祭の詳細はこちらから



(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!

長浜市浅井B&G海洋センターからのお知らせ

第19回 B&Gカップ グラウンド・ゴルフ大会

【とき】10月17日(木)8時45分～12時 ※雨天時は18日(金)に順延

【ところ】浅井ふれあいグラウンド(大依町)

【対象】一般男女

【参加費】500円

【定員】96人(先着順)※定員になり次第受付を終了します。

【ルール等】

- 32ホールの個人ストロークマッチで行います。
- 日本グラウンド・ゴルフ協会公認規則に準じます。
- 組分けは主催者で決定します。

【申込み】9月17日(火)から長浜市浅井B&G海洋センターにて受付を開始します。(電話予約可)

参加費を添えてお申し込みください。

【その他】自己都合のキャンセルの場合、参加費は原則としてお返しできません。



問・申 (公財)長浜文化スポーツ振興事業団(長浜市浅井B&G海洋センター)☎74-3355