

神照運動公園 スポーツ教室開講 受講生募集！

春からの新生活！新たにスポーツを始めて、楽しみながら健康づくり！ 初心者大歓迎！！

【受付期間】 3月20日(金・祝) 8時30分から受付開始。定員になり次第受付を終了します。
【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、電話での受付はできません。21日(土)以降は、電話での仮予約は受け付めますが、後日、所定の申込用紙への記入をお願いします。

【開講場所】 長浜市民プール 2階休憩室(冷房完備)
【その他】 受講料は、開講初日に納めてください。
【対象】 一般(一部講座を除く)

心身ともにリフレッシュ！！



■お昼のスポーツ教室 第1期開講期間は4月～6月 ※7, 8月は休講(プール開場期間)

教室名	対象	曜日	時間	回数	受講料	定員	講師
かんたんエアロビクス	一般	月	13時30分～14時30分	8回	5,500円	15人	吉川 綾
マタニティヨガ	妊娠15週目以降の妊婦さん	火	13時30分～14時30分	8回	5,500円	20人	武田 英里香
リラックスヨガ(水)	一般	水	13時30分～14時30分	8回	5,500円	20人	村上 憲衣
ダイエットヨガ(水)	一般	水	15時30分～16時30分	8回	5,500円	20人	宮氏 外恵
やさしいヨガ	一般	木	13時30分～14時30分	8回	5,500円	20人	湯地 美佳 ジュリア
ママヨガ	4月2日現在で0歳～3歳児とその保護者	金	9時45分～10時45分	8回	7,000円	15組	武田 英里香
産後ボディコアヨガ	ママとハイハイ期までの赤ちゃん(2～12か月)	金	11時15分～12時15分	8回	7,000円	15組	武田 英里香
美姿勢ヨガ(入門編)	一般	金	13時30分～14時30分	8回	5,500円	20人	的場 佳世
ピラティス(金)	一般	金	15時～16時	8回	5,500円	20人	武若 亜由美
リラックスヨガ(土)	一般	土	13時30分～14時30分	8回	5,500円	20人	村上 憲衣

■夜のスポーツ教室 前期開講期間は4月～9月

教室名	対象	曜日	時間	回数	受講料	定員	講師
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30分	18回	12,000円	15人	野村 侑加
ヒップホップダンス	一般(小学3年生以上)	月	19時45分～21時	18回	12,000円	15人	野村 侑加
ウォーキング	一般	火	19時～20時	18回	12,000円	15人	平田 幸子
「ZUMBA®」	一般	水	19時～20時	18回	12,000円	15人	Nancy
サルセーション Salutation	一般	水	20時15分～21時15分	18回	12,000円	15人	Nancy
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
ヨガ(ナイト)	一般	金	19時～20時	18回	12,000円	20人	小宮山 和子
パワーヨガ(土)	一般	土	19時～20時20分	18回	12,000円	20人	小林 勤

※教室等の詳細については、神照運動公園まで電話でお問い合わせください。



問合せ

(公財)長浜文化スポーツ振興事業団
神照運動公園(神照町208-1)
(☎65-3399)



(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！

みんなでバスケをしよう！

長浜市民体育館

滋賀レイクスターズバスケットボールスクール

長浜校新学期受講生募集！



○エンジョイクラス(バスケを楽しく学ぶクラス)

【とき】 毎週月曜日18時～19時(60分)

【対象】 小学1～6年生 男女

○チャレンジクラス(バスケのスキルアップをめざすクラス)

【とき】 毎週月曜日19時10分～20時40分(90分)

【対象】 小学3～6年生 男女

※月謝等バスケスクールの詳細は、滋賀レイクスターズ公式ホームページでご確認ください。

問・申 滋賀レイクスターズバスケスクール係 (☎077-527-6419)
(公財)長浜文化スポーツ振興事業団(長浜市民体育館)(☎63-9806)



BASKETBALL
SCHOOL



▲滋賀レイクスターズ
公式ホームページ

公益財団法人 長浜文化スポーツ振興事業団では、ウォーキングを推奨しています！！

今、ウォーキングが注目されています！あなたも歩いて健康になろう♪

県内最大のウォーキングイベント！ 第28回 びわ湖長浜ツデーマーチ

全コース自由歩行ですので、湖北の素晴らしい自然や景色を楽しみながら、
ゆっくり歩いてみたい人にもおすすめです。

10kmコースの短いコース設定もありビギナーも大歓迎。

それに加え、中学生以下お子様の参加費は無料ですので、お子さん連れや
お孫さん連れなど、ご家族でのご参加もお待ちしています。爽やかな湖風を感じ
ながら、風光明媚な湖国路を歩いてみませんか。

【実施日】 5月9日(土)・10日(日)

【スタート・ゴール】 豊公園市民庭球場

【参加費】 一般：1,800円(当日申込み2,300円)

中学生以下：無料 ※要申込

【参加記念品】 大会誌、オリジナル記念品、ゼッケン、コース地図
記念バッジ、完歩証など

※中学生以下の申込みは一部記念品が変更されます。

【コース案内】

9日(土)

A：伊吹中山道 40km
B：坂田長沢御坊 20km
C：近江母の郷 15km
D：びわこ南 10km

10日(日)

E：余呉湖 35km
F：姉川国友 20km
G：北国街道 15km
H：びわこ北 10km



◀(公財)長浜文化
スポーツ振興事業団
ホームページ

【申込み】 参加申込書と参加費を添えて郵便振込、現金書留または直接下記まで。

※申込書は下記のほか、市役所、各まちづくりセンター等にあります。

問・申 びわ湖長浜ツデーマーチ実行委員会事務局 <市民体育館内>(☎64-5151)