

# 春江

お問合せ 春江体育館  
【春江町西太郎丸 12-14 TEL.51-4242】

NEW

## たのしい健康体操

食べたら動こう!!  
食のアドバイスと日常生活に役立つ  
ところとからだの健康づくりを行います

【春期】4/19 ~ 6/28

毎週水曜日 13:30 ~ 14:20

- 場所 / 春江体育館 会議室
- 対象 / 一般男女
- 受講料 / チケット制
- 講師 / 健康運動指導士 半澤清江

## 土曜午後のヨガ教室

自分の身体を見直してみませんか?  
経験者向けと初心者向けの2教室開講しています

毎週土曜日

エキスパート 13:30 ~ 14:20

ビギナー 14:30 ~ 15:20

- 場所 / 春江体育館 会議室
- 対象 / 一般男女
- 受講料 / チケット制
- 講師 / 吉村亜希子

## キッズ・スポーツ 春江教室

☆夏休み限定教室☆

運動会やマラソン大会に向けて練習しよう  
走り方の基本を学べます。

7/31 ~ 8/28 (全4回)

毎週月曜日 10:30 ~ 11:30

- 場所 / 春江東グラウンド (春江B & G隣)
- 対象 / 小学生男女
- 受講料 / 4回 2,000円
- 講師 / 井上裕介 (スマイ輪ING)

NEW

## J-POP DANCE CLASS

基本のステップを覚えながら、  
流行りの音楽に合わせて楽しく体を動かします。  
今年度より2部制に変更。ジュニアコースは  
経験者向けです。ダンス好きの子、あつまれー!!

毎週月曜日 17:15 ~ 18:00

■場所 / 春江体育館 アリーナ

ご好評につき、定員となりました!!

■講師 / 小林亜矢子

毎週月曜日 18:10 ~ 19:00

■場所 / 春江体育館 アリーナ

ご好評につき、定員となりました!!

■受講料 / チケット制

■講師 / 小林亜矢子

## 体操&キッズダンス

体操とダンスを両方学べる教室です。  
運動の基礎体力をつけたり、音楽に合わせて  
身体を動かしたりします。

毎週金曜日 16:30 ~ 17:30

■場所 / 春江体育館 会議室

■対象 / 4歳から6歳 (小学校就学前)

■受講料 / チケット制

■講師 / 小林亜矢子 定員残りわずか!!

## 子ども基礎トレーニング

マットやボール・鉄棒などを使ったり、  
走る・跳ぶなどの運動を遊び感覚で取り入れ  
楽しく体を動かします

毎週水曜日 17:30 ~ 18:30

■場所 / 春江B & G海洋センター第2体育館

■対象 / 4歳以上

■受講料 / チケット制

■講師 / 南紀代恵 (パワーリンク)

# 坂井

お問合せ 坂井体育館【坂井町下新庄 19-7-1 TEL.68-0123】

NEW

## ジュニアアスリート 養成講座

体幹運動で基本的な運動姿勢を学びましょう

4/5 ~ 5/31 (全8回)

毎週水曜日 16:30 ~ 17:30

- 場所 / 坂井屋内スポーツセンター
- 対象 / 小学生男女
- 受講料 / 4回 2,000円
- 講師 / 井上裕介 (スマイ輪ING)

## 脱・メタボ教室

脂肪を燃焼し、しっかりと汗を  
かくことで心もリフレッシュしましょう

【第1弾】4/5 ~ 6/28

【第2弾】7/5 ~ 9/27

毎週水曜日 10:00 ~ 11:00

- 場所 / 坂井体育館
- 対象 / 18歳以上男女
- 受講料 / チケット制
- 講師 / 南紀代恵 (パワーリンク)

## J-POPダンス教室

リズムに合わせてたのしく踊ろう♪

7/26 ~ 10/4 (全10回)

毎週水曜日 17:00 ~ 18:00

- 場所 / 坂井体育館
- 対象 / 小学生男女
- 受講料 / チケット制
- 講師 / MIYU (パワーリンク)

## キッズ・スポーツ 坂井教室

☆夏休み限定教室☆

運動会やマラソン大会に向けて練習しよう  
走り方の基本を学べます。

8/2 ~ 8/30 (全4回)

毎週水曜日 16:00 ~ 17:00

- 場所 / 坂井屋内スポーツセンター
- 対象 / 小学生男女
- 受講料 / 4回 2,000円
- 講師 / 井上裕介 (スマイ輪ING)

## 出前講座

・運動したいけど、体育施設まで遠い…  
・区やサロンで運動教室をしたいけれど、  
インストラクターとのつながりがない…  
そういった方々を対象に、坂井市体育協会が  
開催している教室を出前講座として実施します。

- 主催 / 公益財団法人 坂井市体育協会
- 内容 / 簡単に参加できる体操など
- 対象 / 坂井市内全域
- 時間 / 1教室 50分間
- 費用 / 要相談
- その他 / 講師の都合により、希望日時  
等に添えない場合があります。

詳細については、下記までご連絡ください



公益財団法人  
坂井市体育協会

坂井市坂井町下新庄19-7-1

TEL.68-0123

坂井市体育協会

検索