

三国町体育施設月間大会等スケジュール

( 1月 )

期日	大会名	主催	時間	使用施設名
12月29日(木)～1月3日(火)年末年始坂井市内全施設閉館 1月4日(水)9時00分開館				
7、8、15日 (土・日・日)	2022三国ChallengeCup (Winter) (ソフトテニス)	三国町ソフトテニス協会	9:00～17:00	三国体育館 第1競技場
7日(土)	三国剣道連盟鏡開き	三国町剣道協会	9:00～17:00	三国体育館 第2競技場
14日(土)	出初式	嶺北消防組合	9:00～17:00	三国体育館 第1競技場
21日(土)	県小学6年生 地区選抜対抗戦U-13 (バレーボール)	福井県小学生 バレーボール連盟	9:00～18:00	三国体育館 第1競技場
22日(日)	スポーツ能力測定会	(公財)坂井市スポーツ協会	9:00～18:00	三国体育館 第1競技場
	三国剣道連盟寒稽古	三国町剣道協会	9:00～13:00	三国体育館 第2競技場
	冬季親善ゲートボール大会	三国町ゲートボール協会	9:00～16:30	三国運動公園 ゲートボール場
28日(土)	坂井地区練成会 (剣道)	坂井地区剣道協会	9:00～13:00	三国体育館 第1競技場
29日(日)	坂井市防犯隊出初式	坂井市安全対策課	9:00～12:00	三国体育館 第1・2競技場
29日(日)	坂井市民 きらめきゲートボール大会	坂井市ゲートボール協会	9:00～17:00	三国運動公園 ゲートボール場
【坂井市スポーツ協会教室開催日一覧】				
日程	教室名	内容	時間	会場
16、23、30日 毎週月曜日	パレエで筋トレ パレトン教室	【一般対象】 パレエとヨガを融合し骨盤矯正や ヒップアップを目指した教室。	14:00～15:00	三国運動公園 健康管理センター 多目的ホール
10、17、24、31日 毎週火曜日	健康体操	【一般対象】 ストレッチや簡単な体操など誰でも気 軽に参加できる教室。	10:00～11:15	三国体育館 第2トレーニング室
10、17、24、31日 毎週火曜日	癒しのリラクソヨガ	【一般対象】 ヨガが初めての方でも安心して始めら れるやさしいヨガ教室。	19:30～20:30	三国体育館 講義室
10、17、24、31日 毎週火曜日	～優雅にエクササイズ～ ボルドブラ	【一般対象】 音楽に合わせてゆったり体幹や筋力を 鍛え、姿勢を整える教室。	14:00～15:00	三国体育館 第2トレーニング室
12、19、26日 毎週木曜日	ZUMBA室	【一般対象】 ラテン音楽を取り入れたダンス フィットネス教室。	19:30～20:20	三国体育館 第2トレーニング室
12、19、26日 毎週木曜日	ヨガ教室	【一般対象】 ヨガを通して柔軟性や基礎代謝を向上 に繋げる教室。	13:30～14:30	三国運動公園 健康管理センター 多目的ホール
12、19、26日 毎週木曜日	キッズダンススクール三国	【年長～小学3年生】 人気の曲で楽しく、可愛く、かっこよく踊 り、リズム感覚や柔軟性を養う教室。	17:00～17:50	三国体育館 第2トレーニング室
20、27日 毎週金曜日	朝活エアロ	【一般対象】 シンプルな動作で全身をリズミカルに 動かす教室。	9:30～10:30	三国体育館 第2トレーニング室
20、27日 毎週金曜日	ストロングネーション	【一般対象】 パンチ、キック、スクワット、ステップなどの動き を取り入れたエクササイズ教室。	19:30～20:30	三国体育館 第2トレーニング室
7、21、28日 毎週土曜日	TRX教室	【一般対象】 ゴムチューブを使用した話題のTRXを 通して、柔軟性や体幹を鍛える教室。	10:00～11:00	三国体育館 第2トレーニング室
14、21、28日 毎週土曜日	キッズ体操教室	【年長～小学3年生】 器械体操を通して運動能力を高め、 「できた！」を実感できる教室。	10:00～10:50	三国運動公園 健康管理センター 多目的ホール