

三国町体育施設月間大会等スケジュール

( 3月 )

期日	大会名	主催	時間	使用施設名
11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
11日・18日(土)	東尋坊カップ (サッカー)	三国町サッカー協会	13:00~18:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
12日(日)	三国町小学生バドミントン大会	三国町バドミントン協会	9:00~17:00	三国体育館 第1競技場
12日・19日・26日 (日)	クラブチームサッカー選手権 福井県大会	福井県サッカー協会	9:00~16:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
19日・25日 (土・日)	定期交流大会 (硬式野球)	福井ボーイズ	9:00~17:00	三国運動公園 野球場
<b>【坂井市スポーツ協会教室開催日一覧】</b>				
日程	教室名	内容	時間	会場
6、13、20、27日 毎週月曜日	バレエで筋トレ バレトン教室	【一般対象】 バ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
7、14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
7、14、28日 毎週火曜日	癒しのリラックスヨガ	【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
7、14、28日 毎週火曜日	~優雅にエクササイズ~ ポルドブラ	【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
2、9、16、23、30日 毎週木曜日	ZUMBA教室	【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
2、9、16、23、30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
2、9、16、23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
3、10、17、24、31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ムカルに 動かす教室。	9:30~10:30	三国体育館 第2トレーニング室
3、10、17、24、31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
4、11、18、25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
4、11、18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