

春江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	開会式(競技開始)時間	使用施設名
12月29日(月)～1月3日(土)年末年始坂井市内全施設閉館 1月4日(日)9時00分開館 ※2月分受付開始1月5日(月)9時00分から				
大会・イベント等はありません。				
【坂井市スポーツ協会教室開催日一覧】				
5、19、26日 毎週月曜日	動けるからだ教室	一般対象のストレッチやヨガを取り入れた健康体操教室	10:30～11:30	江留上コミュニティセンター
	きッズ☆だんす教室	幼児対象の楽しく踊って運動の楽しさを学べる教室	16:30～17:20	
	楽しくなわとび教室 ※1/19、26、2/2、9 全4回	なわとびが苦手な子、初心者向けの教室で、短・長なわとびにチャレンジできる教室	17:00～17:50	春江体育館
	J-POPダンス教室	キッズ対象のJ-POPのリズムに合わせて楽しくダンスを学べる教室	17:30～18:20	江留上コミュニティセンター
6、13、20、27日 毎週火曜日	楽しく健康体操教室	椅子に座って出来る運動や簡単な神経系のトレーニングを楽しく学べる教室	10:00～11:00	春江体育館 ミーティング室
	ジュニアダンススクール	K-POPの音楽に合わせて楽しくダンスを学べる教室	17:30～18:20	江留上コミュニティセンター
7、14、21、28日 毎週水曜日	体育塾はるえ 入門編	年少～年長対象であそびを交え正しい体の使い方を学べる教室	16:00～16:50	春江体育館
	体育塾はるえ	小学1年から3年生対象で運動する際の正しい体の使い方を学べる教室	17:00～17:50	
	パンチ&エアロ教室	一般対象のエアロビクスのステップに、格闘技のパンチ動作をいれた教室	19:30～20:30	春江体育館 ミーティング室
8、22日 毎月第2、第4 木曜日	親子であそぼう教室	親子で一緒に体を動かす事によりスキンシップを図れる教室	10:00～11:00	江留上コミュニティセンター
9、16、23、30日 毎週金曜日	楽しくバランスボール	バランスボールを使用した筋トレで、体幹強化や腰痛予防に効果的な教室	10:00～11:00	
	ZUMBA教室	一般対象のダンスとエアロビクを組み合わせたフィットネス教室	19:30～20:30	
10、17、21、28日 毎週土曜日	土曜午後のヨガ教室	一般対象のヨガを通して柔軟性や基礎代謝を向上に繋げる教室	14:00～14:50	春江体育館 ミーティング室

※スケジュールは一部変更となる場合がありますので、予めご了承ください。

※詳しくは 春江体育館 0776-51-4242にお問合せください。