

春江町体育施設月間大会等スケジュール

(7 月)

期日	大会名	主催	開会式(競技開始)時間	使用施設名
6日(日)	県民スポーツ祭(エアロビック)	福井県エアロビック協会	9:00～15:00	春江体育館
27(日)	夏休み ZUMBA イベント	(公財)坂井市スポーツ協会	9:00～11:20	春江B＆G海洋センター
【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
7、14、28 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	春江B＆G海洋センター 第2体育館
	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	
	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	
1、8、15、22、29日 毎週火曜日	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	
2、9、16、23、30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	
	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	
10、24日 毎月第2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る教室	10:00～11:00	
24、31、、8/7、21日 各木曜日	かけっこスクール春江教室	腕の振り方、足の使い方など速く走れるコツを学ぶ教室	10:30～11:30	
4、11、18、25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	
	キッズバランスボール教室	小学4年から6年生対象で姿勢改善や体幹トレーニングなどを学べる教室	17:30～17:50	
	ZUMBA教室	一般対象のダンスとエアロビックを組み合わせたフィットネス教室	19:30～20:30	
5、12、、19、26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	

※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。