

4/5 (月) 自然満喫!! 春のウォーキング&ピクニック

さわやかな春の風を感じながらウォーキングしませんか? 桜がきれいな丸岡城周辺をウォーキングした後は、おいしいお弁当を食べながらお花見も♡ 楽しい美味しいワンコインイベントです。

日時: 令和3年4月5日(月)
※小雨決行(雨の場合は丸岡体育館)
10:00～ 受付開始
10:30～ 指導&準備運動
11:00～ ウォーキング&ピクニック
13:00 解散

集合場所: 丸岡体育館
※駐車場は城東グラウンド(長畝コミセン前)をご利用ください

開催場所: 丸岡城周辺 3kmコース

対象: 一般男女

定員: 30名 ※事前申込必要

参加料: 500円(軽食付き)

持ち物: 飲み物、タオル等(雨の場合内履き)

お申し込みは下記へお電話ください
TEL.66-8920(丸岡体育館)



5月末～6月頃 ナイト☆ヨガ in 日東シンコースタジアム

普段なかなか入ることのできないサッカー場で、夜の屋外ヨガイベントを開催します!! 「日東シンコースタジアム丸岡(丸岡スポーツランド)」の広々とした天然芝の上で、夜の心地よい風を感じながら、開放感と落ち着きのある空間でヨガを楽しみましょう☆ いつものヨガスタジオのレッスンとは一味違う体験ができるイベントです。 夜空の下でエネルギーチャージ☆ ナイトヨガの詳しい情報は広報誌、HP等でお知らせします。



「心と体をリラックス。家族みんなで参加しよう♪」



さがスポ

通信

2020 ver.

発行: (公財)坂井市スポーツ協会 2021.2.22

スポーツクラス

無料体験会

令和3年3月21日(日)

場所: 春江 B&G 海洋センター
(申込み先: 春江体育館)
9:00～ 受付開始

坂井市スポーツ協会主催の教室の無料体験会を開催いたします。春から運動を始めた方、この機会に是非体験してみませんか? 今年は大人と子供、同日開催!! 親子で家族でみんなで身体を動かそう! 今回体験できる教室の詳しい情報は中面をチェック!!

《タイムスケジュール》※1 教室 30 分間、各クラス定員 20 名《要予約》

こども教室体験会

【第1競技場】 受付 9:00～

① 9:30～10:00
うんどうあそび【B&G 教室】
講師/南紀代恵

② 10:10～10:40
キッズたいいく【丸岡教室】
講師/後藤リリカ

③ 10:50～11:20
マット運動教室【丸岡教室】
講師/浅田奈緒美

④ 11:30～12:00
J-POP ダンス【春江教室】
講師/小林亜矢子

大人の教室体験会

【第2競技場】 受付 9:10～

① 9:40～10:10
ヨガ教室【三国・春江教室】
講師/吉村亜希子

② 10:20～10:50
健康体操教室【丸岡教室】
講師/野田美雪

③ 11:00～11:30
ZUMBA【三国教室】
講師/野田美雪

④ 11:40～12:10
パンチ&エアロ【B&G 教室】
講師/藤田有布子

※当日は検温・消毒・マスクの着用など、新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力ください。 イベント中止の場合は HP にてお知らせします。下記 QR コードでご確認ください。



皆様の声に
お応えして。

～スポーツ施設の空き状況がリアルタイムで!～

「複数の体育館の空き状況を一度に確認したい」
「閉館時間だけ施設の空き状況の確認がしたい」
「急にスポーツがしたくなった」

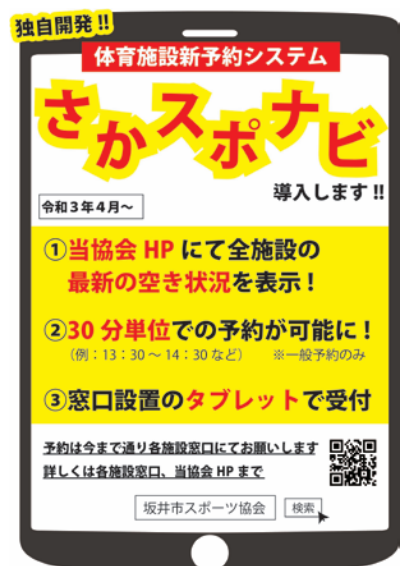
そんな皆様の声にお応えして、坂井市スポーツ協会のホームページで市内スポーツ施設の空き状況をリアルタイムで確認できるようになります。つまり!全施設の空き状況が、各施設にお電話でお問合せいただくなくても確認できちゃうってことなんです!!

さらに!皆様から要望の多かった 30 分単位での予約もできるようになります!(13:30～15:30 など)

これを機会に市内スポーツ施設でたくさん体を動かしてみませんか。

これからも皆さんにたくさんのスポーツ施設をご利用いただけるようより良く改善していきますので、定期的な活動や空いた時など、積極的に市内スポーツ施設をご利用ください。

坂井市スポーツ協会 検索



おとなの体験教室

NEW! 三国・坂井で人気のズンバが始まります!

ZUMBA (ズンバ)

ラテン系の音楽に合わせ、全身の筋肉を動かす運動です。
有酸素運動やダイエットとしても効果が高く、初心者の方も大歓迎です!!

【三国教室】

日時: 4月15日～7月15日までの
毎週木曜日(全12回)
19:30～20:20 ※4/29.5/20休講
場所: 三国体育館 (Tel.82-4686)
講師: 野田美雪先生
対象: 一般男女 受講料: 6,000円(初回集合)

【坂井教室】

日時: 4月16日～7月9日までの
毎週金曜日(全12回)
10:00～10:50 ※4/30休講
場所: 坂井体育館 (Tel.68-0123)
講師: yoshi先生



三国教室 野田先生

思いっきり
踊って
ダイエット!



坂井教室 yoshi先生

ヨガ

ゆっくりとしたヨガのポーズを通じ、全身の筋力バランスや柔軟性を身につけることができます。お昼から気持ちのいいヨガで心も身体もリフレッシュしませんか。

【三国教室】

日時: 毎週木曜日13:30～14:30
場所: 三国運動公園 (Tel.82-5580)
対象: 一般男女
料金: チケット制(4回2,000円)
講師: 吉村亜希子先生

【春江教室】

日時: 毎週土曜日14:00～14:50
場所: 春江B&G海洋センター (Tel.51-4242)



1週間の
疲れを
リセット
したい



健康体操

脳トレのような体操もあり、楽しく身体と頭を動かすことができます。どなたでも参加しやすい教室です。

日時: 毎週火曜日13:30～14:20
場所: 丸岡体育館 (Tel.66-8920)
対象: 一般男女
料金: チケット制(4回2,000円)
講師: 野田美雪先生



運動が苦手
でも大丈夫

NEW! 4月からいよいよスタート!!

パンチ & エアロ

エアロビクスのステップに、格闘技のパンチ動作を入れたクラスです。全身のシェイプアップや脂肪燃焼効果があります。リズムカルなパンチでストレス発散しましょう!!

日時: 4月7日～6月30日までの毎週水曜日(全12回)
19:30～20:30
場所: 春江B&G海洋センター (Tel.51-4242)
対象: 一般男女
受講料: 6,000円(初回集合)
講師: 藤田有布子先生 (パワーリンク)



パンチ動作で
ストレス発散!



無料体験会の 教室紹介

イチオシ教室を
ぜひ体験してみて

「春から何か始めたいな」
「パンチ & エアロって何だろう」
「そろそろ子どもに何かさせようかな」

そんなあなたに
ぜひ体験してほしい♪



キッズの体験教室

うんどうあそび

走る・ボール遊びなど、遊びの要素を取り入れた内容で、楽しみながら運動能力や基礎体力を育てていきます。
初めての習い事にピッタリの教室です。

日時: 毎週水曜日16:45～17:30
場所: 春江B&G海洋センター (Tel.51-4242)
対象: 年中～小学1年生
受講料: チケット制(4回2,000円)
講師: 南紀代恵先生 (パワーリンク)



遊びの要素が
たくさん!!



キッズたいいく

ボールや跳び箱、マットを使って自由に体を動かしたりゲーム形式で遊んだりしながら幼少期に必要な基礎体力を身につけることができます。

日時: 毎週水曜日16:30～17:20
場所: 丸岡体育館 (Tel.66-8920)
対象: 4歳～6歳
受講料: チケット制(4回2,000円)
講師: 後藤リリカ先生



4歳から
はじめられる



マット運動教室

マットや跳び箱、鉄棒といった器械体操をやりながら楽しく運動能力を高め、「できた!!」をたくさん実感できる教室です。

日時: 毎週火曜日16:30～17:20
場所: 丸岡体育館 (Tel.66-8920)
対象: 小学1年生～3年生
受講料: チケット制(4回2,000円)
講師: 浅田奈緒美先生



器械体操が
好きな子
苦手な子



J-POPダンス

基本のステップを覚えながら音楽に合わせて楽しく身体を動かします。リズム感や柔軟性が身につきます。

日時: 毎週月曜日17:10～18:00
場所: 春江体育館 (Tel.51-4242)
対象: 小学1年生～3年生
受講料: チケット制(4回2,000円)
講師: 小林亜矢子先生



カッコよく
ダンスを
踊ろう♪



教室のお問合せは各施設まで♪