

Let's enjoy your life! SPORTS

スポーツ教室 受講生募集



受付開始
7/16 (水) 8:30～



ラケットテニス

スポンジボールと短いラケットを使った小学生からできる室内テニスです

日時 10/4～(全5回) 10:00～11:30

場 川之江体育館、伊予三島運動公園体育館

円 300円 (1回当たり)

定員
20人

申込・問い合わせ先

伊予三島運動公園体育館 ☎ 28-6071 ☎ FAX 28-6105

川之江体育館 ☎ 28-6255 ☎ FAX 28-6193

s-sports.info@shikochu-taikyo.jp

※電話・ファクス・メールでも受付可

※小学生以下は保護者同伴

火曜日
休館

川之江体育館

月	すっきりストレッチ 深い呼吸で自律神経を整えます 日時 8/25～(全13回) 10:00～11:00 円 5000円	定員 50人
木	夜ヨガ(前半コース) 心と体、呼吸のバランスを整えます 日時 8/28～(全15回) 19:00～20:00 円 6000円	定員 40人
	夜ヨガ(後半コース) 心と体、呼吸のバランスを整えます 日時 8/28～(全15回) 20:15～21:15 円 6000円	定員 40人
金	初心者卓球サークル 汗を流してリフレッシュします 日時 9/5～(全15回) 13:30～15:00 円 6000円	定員 30人

伊予三島運動公園体育館

月	ウォーク&ストレッチ ノルディックウォークで全身運動します 日時 9/8～(全10回) 13:30～14:45 円 3000円	定員 25人
水	初心者テニスサークル 汗を流してリフレッシュします 日時 9/3～(全10回) 10:00～11:30 円 3000円	定員 30人
	健康ヨガ ゆっくりとした動きで心と体を整えます 日時 9/3～(全14回) 10:30～11:40 円 5500円	定員 50人
	健康ヨガ ゆっくりとした動きで心と体を整えます 日時 9/4～(全14回) 13:30～14:40 円 5500円	定員 50人
木	ピラティス しなやかな動きでインナーマッスルを鍛えます 日時 9/11～(全10回) 10:00～11:00 円 3000円	定員 30人
	初めての筋トレ 個人に合わせたメニューを提案します 日時 9/4～(全10回) 10:00～11:00 円 3000円	定員 10人
	ストレッチ&軽運動 無理なく健康的な体が作れます 日時 8/29～(全15回) 9:15～10:15 円 4500円	定員 50人
金	ボクサ&コアトレ 汗を流してストレスを発散します 日時 8/29～(全15回) 10:30～11:30 円 6000円	定員 40人
	アーナンドヨガ 心と体、呼吸のバランスを整えます 日時 8/29～(全15回) 13:30～14:30 円 6000円	定員 40人

テーマは

「スポーツで、心もからだもイキイキしこちゅ～」

スポーツフォトコンテスト

作品
募集

応募条件

- ・令和6年4月以降撮影の未発表作品
- ・1人3点まで

対象 市内在住、在勤、在学の方

応募期限 9/22(月)まで

応募方法 次のいずれか

①持参 or 郵送

応募票に作品を添えて、応募先に持参または郵送

※応募票は体育館や公民館などにあります

※写真はA4サイズ以上にプリントしてください

②メール

題名、氏名、年齢、住所、電話番号、撮影日・場所、作品のPRコメント、職場・学校名(市外在住の方のみ)を本文に記載し、作品データを添付して送信

応募・問い合わせ先

伊予三島運動公園体育館(中之庄町 1665-1)

☎ 28-6071 ※火曜日は休館

s-sports.info@shikochu-taikyo.jp



登山は自分自身と戦うスポーツ

令和6年度大賞



市スポーツ協会
ホームページ▶



市スポーツ協会
Instagram▶

@SHIKOCHU_SPORTS