

■総合体育館よりお知らせ



令和5年度

後期スポーツ教室のご案内

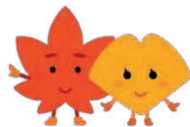
☆一般コース（11月～3月）

参加費5,000円

【全15回】

教室名	曜日・時間	場所	対象	定員(人)
硬式テニスⅠ	(土)10:30~12:30	総合運動公園テニスコート	16歳以上	60
硬式テニスⅡ	(水)10:30~12:30	総合運動公園テニスコート	16歳以上	60
バドミントン	(土)15:15~16:45	生石体育センター	16歳以上	50
卓球	(水)19:15~20:45	総合体育館 アリーナ	16歳以上	40
スーパードライブ	(金)9:15~10:45	総合体育館 アリーナ	16歳以上	60
トレーニングⅠ	(火)19:15~20:45	総合体育館 アリーナ	16歳以上	40
トレーニングⅡ	(火)15:15~16:45	総合体育館 格技場Ⅱ	16歳以上	30
いきいき健康Ⅰ	(水)9:15~10:45	総合体育館 格技場Ⅰ	55歳以上	60
いきいき健康Ⅱ	(金)9:15~10:45	総合体育館 格技場Ⅰ	55歳以上	60
いきいき健康Ⅲ	(火)9:15~10:45	総合体育館 格技場Ⅰ	55歳以上	60
シニアわくわく体操	(水)13:30~14:40	総合体育館 格技場Ⅰ	65歳以上	30
レディースKARATE	(金)11:00~12:30	総合体育館 格技場Ⅰ	16歳以上の女性	15
すこやか健康体操	(木)13:20~14:30	総合体育館 格技場Ⅰ	60歳以上	60
さわやかストレッチ	(火)11:00~12:00	総合体育館 格技場Ⅰ	70歳以上	35
スポーツチャンバラ	(木)11:15~12:45	総合体育館 格技場Ⅱ	16歳以上	15
カントリーダンス	(木)13:15~14:45	総合体育館 格技場Ⅱ	16歳以上	20

申込方法



- 往復はがきの往信用に「郵便番号・住所・氏名・年齢・性別・電話番号 教室名（1枚1人1教室）」を、返信用に返信先をご記入のうえ

〒676-0807 高砂市米田町島526 総合体育館までお申し込み下さい。

主催) 公益財団法人 高砂市施設利用振興財団 高砂市総合体育館 (079-432-9090)

- 申し込み締め切り日：10月10日(火) 当日消印有効

注意事項



- テニス教室はⅠ、Ⅱのうちいずれか1教室でのお申込みでお願いします。
- 申込者多数の場合は、市内在住在勤の方を優先させていただきます。
(市外在住で市内在勤の方は要勤務地記入)
- 天候などにより受講回数を変更することがあります。
高砂市施設利用振興財団のホームページでご確認をお願いします。

<https://www.csg-zaidan.or.jp/>