

令和4年度第2回 体育館スポーツ教室

① 長良川以南地域体育館と体育ルーム

市民総合体育館 九重町4-24・☎245-0351				
種目	曜日	時間	定員	対象者
卓球A	水・金	9:00~10:30	24	16歳~
卓球B		10:30~12:00	24	16歳~(経験者)
卓球C	火・木	19:00~20:30	24	16歳~
ポッチャ	土	9:30~11:00	12	
女性バレーボールA	火・木	10:40~12:10	30	
女性バレーボールB	木	13:00~14:30	30	
バドミントン	金	19:00~20:30	45	
総合スポーツ	水・金	9:00~10:30	40	
子ども総合スポーツ	火	17:30~19:00	20	
親子体操	水	17:30~19:00	70	3歳~小6と保護者
剣道	火・木	19:00~20:30	35	小1~中3
空手道	火・木	19:00~20:30	45	小1~
合気道	水・金	19:10~20:40	40	
居合道	水・金	19:10~20:40	20	16歳~
弓道A	木	19:00~20:30	15	中1~
弓道B	土	9:30~11:00	15	中1~(初心者)
エアロビック	火	19:00~20:30	15	16歳~
健康体操	火・木	9:00~10:30	70	健康な高齢者
ヨガ※1	月	11:00~12:30	25	16歳~
リンパピクス※1	月	9:00~10:30	20	
体育ルーム 橋本町1-10-23・☎268-1063				
種目	曜日	時間	定員	対象者
剣道 小	火・金	19:00~19:45	20	小1~中3
剣道 大		19:45~20:30	20	16歳~
空手道	木・土	19:00~20:30	30	5歳~(未就学児は保護者同伴)
エアロビック	水	19:00~20:30	20	16歳~
ZUMBA(ズンバ)	火	13:20~14:35	20	
ヨガ	金	13:15~14:45	20	
クライミング	火	19:00~20:30	20	
少年少女クライミングA	日	9:15~10:45	15	小2~中3(保護者同伴)
少年少女クライミングB		11:00~12:30	15	
太極拳A	水	15:00~16:30	35	16歳~
太極拳B	金	15:00~16:30	35	
健康体操A	水・金	9:00~10:30	50	健康な高齢者
健康体操B		10:40~12:10	50	
健康体操E		13:15~14:45	50	
健康体操C/D	火・木	9:00~10:30	50	※8/24(水)から受付
健康体操F	木・土	13:00~14:30	50	
もえぎの里多目的体育館 柳津町下佐波西1-41・☎279-6400				
種目	曜日	時間	定員	対象者
ソフトバレーボール	水	11:00~12:30	40	16歳~
リラックス・ヨガ	火	11:00~12:30	30	
やさしい太極拳	水	9:15~10:45	30	小1~
バドミントン初心者コース	水	19:00~20:30	20	
キッズ卓球	木	19:00~20:30	16	

南部スポーツセンター 南鶉5-86・☎274-4949				
種目	曜日	時間	定員	対象者
卓球A	火・木	11:00~12:30	35	16歳~
卓球B	水・金	19:00~20:30	35	
女性バレーボール	水・金	10:30~12:00	30	
バドミントン	木	19:00~20:30	45	
テニスA	火・木	10:30~12:00	30	
テニスB	水・金	10:30~12:00	30	
テニスC	木	13:00~14:30	35	
ソフトテニス	木	15:00~16:30	30	
総合スポーツ	火・木	9:00~10:30	60	
ZUMBA(ズンバ)	火・木	15:00~16:30	25	
ヨガ	水	13:00~14:30	25	
健康体操	水・金	9:00~10:30	90	健康な高齢者
東部体育館 芥見4-68・☎241-7812				
種目	曜日	時間	定員	対象者
卓球A	水	9:00~10:30	40	16歳~
卓球B	金	9:00~10:30	40	
卓球C		19:00~20:30	20	
女性バレーボール	火・木	10:45~12:15	40	
バドミントンA	木	13:00~14:30	45	小3~中3
バドミントンB	火	19:00~20:30	45	
ジュニアバドミントン	金	17:00~18:30	25	
テニスA	水	9:00~10:30	30	16歳~
テニスB	金	9:00~10:30	30	
テニスC	水	19:00~20:30	30	
テニスD	金	19:00~20:30	30	
ヨガ	金	11:00~12:30	25	健康な高齢者
健康体操	火・木	9:00~10:30	80	
西部体育館 鏡島南2-8-40・☎251-2757				
種目	曜日	時間	定員	対象者
卓球A	水・金	10:30~12:00	20	16歳~
卓球B		13:00~14:30	20	
卓球C	火・金	19:00~20:30	20	16歳~(初心者)
卓球D	火・木	9:30~11:00	16	
卓球E		11:10~12:40	16	
女性バレーボールA	火・木	9:15~10:45	40	16歳~
女性バレーボールB		11:00~12:30	40	
バドミントン	木	19:00~20:30	40	16歳~
テニスA	火	13:00~14:30	30	
テニスB	金	13:00~14:30	30	
テニスC	火	19:00~20:30	30	
総合スポーツ	水・金	10:30~12:00	50	小1~小6
子ども総合スポーツ	水	17:30~19:00	30	
親子体操	金	17:30~19:00	40	3歳~小6と保護者
合気道	金	19:10~20:40	30	小1~
健康体操	水・金	9:00~10:30	60	健康な高齢者

※16歳~には中学校を卒業した15歳を含みます。親子体操以外は、子ども連れでの参加はできません。

② 長良川以北地域体育館

北部体育館 正木1020-2・☎233-2030				
種目	曜日	時間	定員	対象者
卓球A	水	10:30~12:00	24	16歳~(初心者)
卓球B	木	10:30~12:00	24	16歳~(経験者)
卓球C	木	19:00~20:30	24	16歳~
卓球D	水	13:00~14:30	24	16歳~(経験者)
卓球E	水	9:00~10:30	24	16歳~(初心者)
女性バレーボール	水・金	10:30~12:00	50	16歳~
バレーボール	金	19:30~21:00	40	16歳~(初心者)
バドミントン	火	19:00~20:30	40	16歳~
テニスA	火	10:30~12:00	35	
テニスB	水	13:00~14:30	35	
テニスC	木	10:30~12:00	35	
総合スポーツ	水・金	9:00~10:30	40	小1~小6
子ども総合スポーツ	木	17:30~19:00	30	
インディアカ	木	19:30~21:00	30	16歳~
健康体操A	火・木	9:00~10:30	90	健康な高齢者
健康体操B		10:30~12:00	50	
北西部体育館 則松2-65-2・☎239-9480				
種目	曜日	時間	定員	対象者
女性バレーボール	木	11:00~12:30	40	16歳~
テニスA	火・木	13:00~14:30	35	
テニスB	木	19:00~20:30	35	
総合スポーツ	火・金	11:00~12:30	40	
器械体操	金	19:00~20:30	55	小1~小6
健康体操	火・木	9:00~10:30	90	健康な高齢者
岐阜ファミリーパーク体育館 山県北野2078-1・☎229-5380				
種目	曜日	時間	定員	対象者
女性バレーボール	土	9:15~10:45	40	16歳~
バドミントン	金	19:00~20:30	40	
テニスA	水	11:00~12:30	30	
テニスB	金	11:00~12:30	30	
テニスC	水	19:00~20:30	30	16歳~
総合スポーツ	水	9:15~10:45	40	
健康体操	火・金	9:00~10:30	60	健康な高齢者

- ◆開設期間 9月6日(火)~12月13日(火) (祝日は休み)
- ◆受講料 週1回コース=大人3,240円・中学生以下1,950円、週2回コース=大人6,700円・中学生以下4,000円
※1は9回コース=2,430円
- ◆申込日時 市内在住者=8月23日(火)~28日(日)、市外在住者=8月27日(土)・28日(日)
※時間は午前9時~午後7時
- ◆申込先・問 受講料と保険料を持参して直接希望教室を開講する体育館へ。先着順。
※キャッシュレス決済可
- ◎スポーツ安全保険への加入が必要(大人1,850円・子ども800円・65歳以上1,200円)

◎準備するものなど、詳しくは各体育館へお問い合わせください。