

スポーツへのいざない

県民体育館広報誌 スポーツへのいざない 第150号 令和4年3月発行
発行元 (公財)高知県スポーツ振興財団 高知県立県民体育館 Tel: 088-831-1166

春休み小学生水泳教室 春のスポーツ教室 お申込が始まります

**新小学1年生～新4年生対象
春休み小学生水泳教室**

**★受付手続き期間★
3/7(月)～3/19(土)**

水慣れクラス
時間★13:40～14:40(※4/4は14:00～15:00)
定員★15名 参加料★3000円
日程★3/25(金)・29(火)・30(水)・31(木)
4/1(金)・4(月)
目標★顔を水につけられるようになろう!
★水に浮けるようになろう!
★けのびができるようになろう!

ステップアップクラス
時間★14:50～15:50(※4/4は14:00～15:00)
定員★15名 参加料★3000円
日程★3/25(金)・29(火)・30(水)・31(木)
4/1(金)・4(月)
目標★バタ足ができるようになろう!
★クロールの手の動きをやってみよう!

お申込・お問い合わせはこちらまで!
高知県立県民体育館
☎088-831-1166

以前より皆さまからご要望をいただいていた「春休み小学生水泳教室」を、今年は開催いたします。

新小学1年生～4年生を対象に全6回で、「水慣れクラス・ステップアップクラス」の2クラス開講します。定員は各15名です。お申込は3/7(月)の8:30より、定員になり次第受付終了となります。

また、4月開講の「春のスポーツ教室」も3/11(金)よりお申込が始まります。

以前よりご要望をいただいていた「夜のズンバ教室をやってほしい!」の声にお応えしまして、火曜日の夜に「ZUMBA®～夜～教室」が新しく仲間入りし、更に皆さまに喜んでいただける教室ラインナップとなりました。

3/21(月・祝)の「スポーツ教室1日無料体験会」参加後のお申込でも充分間に合いますので、こちらにもご参加下さい。

詳細は県民体育館HPをご覧くださいか、お電話でお問い合わせ下さい。

☎ 088-831-1166

HP <http://kochi-kenmin.org/>

県民体育館 春のスポーツ教室

種別	時間	定員	参加料	日程
水慣れクラス	13:40～14:40	15名	3000円	3/25(金)・29(火)・30(水)・31(木) 4/1(金)・4(月)
ステップアップクラス	14:50～15:50	15名	3000円	3/25(金)・29(火)・30(水)・31(木) 4/1(金)・4(月)

お申込・お問い合わせはこちらまで!
高知県立県民体育館
☎088-831-1166

ZUMBA®～夜～教室(火曜日 18:40 スタート)のご紹介



川村 雅先生

火曜日夜に「ZUMBA®～夜～教室」が開講します。講師は川村 雅(かわむら みやび)先生です。ラテン系の音楽とダンスを組み合わせ、アメリカ生まれのエクササイズです。リズムに合わせて楽しく体を動かすことで、気づけばスリムな体型と活動的なライフスタイルをゲット!またストレス解消にも効果のあるエクササイズです。皆さまぜひご参加下さい!

県民体育館 3 月 行事 予定 表

日 曜	行 事 名	主 催 者	主 競 技 場	補 助 競 技 場
4 金	マイナビ就職セミナー 準備	(株)マイナビ 香川支社	17:00~21:00	
5 土	マイナビ就職セミナー		8:30~21:00	8:30~21:00
11 金	ホームマッチ	高知県立高知丸の内高等学校	7:30~17:00	
13 土	県リーグ 審判講習会等	(一社)高知県バスケットボール協会		8:00~17:00
19 土	県総合選手権	高知県ハンドボール協会	8:30~21:00	
20 日			8:30~17:00	
21 月	スポーツ教室 1 日無料体験会	公益財団法人高知県スポーツ振興財団	8:30~17:00	8:30~17:00
25 金	中学バレーボール 1 年生大会	高知県バレーボール協会高知支部	8:30~17:00	
26 土	中学バレー招待杯	高知県バレーボール協会高知支部	8:30~17:00	8:30~17:00
27 日				
28 月	強化合宿	土佐中・高等学校卓球部	8:30~17:00	
29 火				
30 水				
31 木				

県民体育館 4 月 行事 予定 表

日 曜	行 事 名	主 催 者	主 競 技 場	補 助 競 技 場
3 日	高知県ママさんバレーボール春季大会	高知県ママさんバレーボール連盟	8:00~18:00	8:00~18:00
9 土	令和 4 年度高知県中学校バスケットボール 春季大会	(一社)高知県バスケットボール協会	8:00~21:00	8:00~18:00
10 日			8:00~18:00	8:00~18:00
16 土			8:00~21:00	8:00~18:00
17 日			8:00~18:00	8:00~18:00
23 土	高等学校春季卓球選手権大会	(一社)高知県卓球協会	8:00~19:00	8:00~17:00
24 日	ゴールデン・ファイト・シリーズ	新日本プロレスリング (株)スーパーフォー	11:00~21:00	13:00~21:00
28 木	高知県立高知工業高等学校 創立 110 周年記念事業・行事(準備)	高知県立高知工業高等学校	12:00~21:00	12:00~21:00
29 金	高知県立高知工業高等学校 創立 110 周年記念事業・行事		8:00~21:00	8:00~21:00
30 土	中学春季卓球選手権大会	(一社)高知県卓球協会	7:30~21:00	7:30~21:00

※上記は 3/1 現在のご予約状況です。開催状況は日々変更します。
 時間はご予約をいただいている時間で、競技開始及び入場開始時間ではありません。