

県民体育館だより  
『スポーツへのいざない』第94号  
平成29年6月発行  
発行元  
公益財団法人 高知県スポーツ振興財団  
高知県立県民体育館  
Tel: 088-831-1166

# 県民体育館広報誌 スポーツへのいざない

## 目次

- 1: フィットネス教室無料体験会開催
- 2: 室内プールからのお知らせ
- 3: 5月の大会・催し物のご紹介
- 4: 県民体育館6・7月行事予定表



**フィットネス  
教室無料体験会  
開催!**

いつも県民体育館をご利用いただきありがとうございます。  
現在開講中のフィットネス8教室で、無料体験会を開催します♪  
現在受講中の方も、新規の方も大歓迎!お1人様2教室まで受講可能(1件のお電話で2名様まで申込可能)ですので、この機会にぜひ県民体育館のフィットネス教室を体験してみてください!  
お申込は先着順で電話受けのみとさせていただきますので、予めご了承下さい。

受付期間 ● 6/12(月)~6/16(金)

電話番号 ● 088-831-1166



教室名	運動量	開催日	時間	講師	定員
県民フィットネス	★★★	6/19・26(月)	10:00~11:10	中川泰子	10名
ハタヨガ	★☆☆		13:30~14:40	奥田佳代	
夜ヨガ	★☆☆		19:00~20:10	近森ひろ子	
簡単健康体操	★★★ ~ ★★★	6/20・27(火)	13:30~14:40	中川泰子	
ロコトレ&美姿勢	★★★	6/22・29(木)	10:30~11:40	西村侑剛	
ピラティス	★☆☆		13:30~14:40	西内勝範	
ボディメイクピラティス	★★★		18:45~19:55		
リラックスヨガ	★☆☆	6/23・7/7(金)	13:30~14:40	松岡大介	

**室内プール  
からの  
お知らせ**

●プールからお休みのお知らせ  
県民体育館室内プールは、水の入替えのためお休みをいただきます。  
皆様にはご迷惑をおかけしますが、お間違いないようご注意ください!

プール休館日：6/12(月)~6/19(月)



**5月の  
大会・催し物  
のご紹介**



四国大学新人大会



第70回高知県高等学校  
体育大会(バレーボール)



### 6 月 行 事 予 定 表

日	曜	行 事 名	主 催 者	時 間	場 所
4	日	高知県定時制通信制高等学校体育大会	高知県教育委員会事務局保健体育課	8:00~17:00	主競技場 補助競技場
10	土	第 56 回西日本勤労者剣道大会(準備)	高知県勤労者剣道連盟	9:00~21:00	主競技場
11	日	第 56 回西日本勤労者剣道大会		7:30~21:00	主競技場
				7:30~17:00	補助競技場
17	土	第 71 回高知地区中学校総合体育大会	高知地区中学校体育連盟	8:00~19:00	主競技場
18	日	(バレーボールの部)		8:00~17:00	補助競技場
20	火	平成 29 年度精神保健福祉卓球大会	高知県精神保健福祉協会	8:00~17:00	主競技場
24	土	国民体育大会少年の部 一次選考会	高知県卓球協会	8:00~17:00	主競技場
		四国ラージボール卓球大会(団体の部)県予選会			補助競技場
		全日本社会人卓球選手権大会県予選会			
		全日本選手権大会(マスターズ)県予選会			
25	日	県民スポーツフェスティバル 2017 (フォークダンス)	高知県文化生活的スポーツ部スポーツ課	9:00~16:00	主競技場
30	金	第 54 回四国地区高等専門学校体育大会 (バスケットボール)	高知工業高等専門学校	8:30~21:00	主競技場 補助競技場

### 7 月 行 事 予 定 表

日	曜	行 事 名	主 催 者	時 間	場 所
1	土	第 54 回四国地区高等専門学校体育大会	高知工業高等専門学校	7:30~21:00	主競技場
2	日	(バスケットボール)		7:30~18:00	補助競技場
8	土	平成 29 年度四国ブロックスポーツ少年団	(公財) 高知県体育協会	8:00~21:00	主競技場
9	日	ミニバスケットボール交流大会		8:00~15:00	主競技場
16	日	国民体育大会少年の部二次・成年の部選考会	高知県卓球協会	7:30~18:00	主競技場
		バスケットボール県リーグ戦	高知県バスケットボール協会	8:00~19:00	補助競技場
19	水	高知県立高知丸の内高等学校体育祭	高知県立高知丸の内高等学校	7:30~21:00	主競技場
20	木			7:30~17:00	
21	金	第 71 回高知県中学校総合体育大会卓球の部(準備)	高知県教育委員会事務局保健体育課	14:00~21:00	主競技場 補助競技場
22	土	第 71 回高知県中学校総合体育大会卓球の部		7:30~21:00	主競技場
23	日			7:30~18:00	補助競技場
28	金	高知県中体連ハンドボール部強化練習	高知県中体連ハンドボール部	8:30~17:00	主競技場
30	日	高知県ミニバスケットボール夏季大会	高知県バスケットボール協会	8:00~17:00	主競技場
		県リーグ戦		8:00~19:00	補助競技場

※時間を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。



**注意**

蒸し暑い季節になってきました。運動される前は十分に準備運動をして、水分補給をこまめに行ってください。体調に十分注意して、スポーツを楽しんでください。

県民体育館職員一同

