

2022年

6月号

ビタミン

加古川市立総合体育館／加古川運動公園陸上競技場

〒675-0047

加古川市西神吉町1010

TEL : 079-432-3000

FAX : 079-431-5700

営業時間：午前9時～午後9時

休館日：第3水曜日／年末年始

先月ワクチン接種が終了したので、総合体育館 サブアリーナ、研修室は現在利用予約を受け付けております。梅雨のジメジメした空気を、運動する事で吹き飛ばし元気な身体で夏を迎えましょう。また、今月号のビタミンには、7月からスタートする教室や無料体験会の情報を掲載しております。皆様のお申込みをお待ちしております。

総合体育館 教室無料体験会

ミズノフットサルスクール

日時：6月24日 7月15日（日）（金） ①16:00～17:00 ②17:10～18:25

場所：総合体育館 1F スポーツアリーナ

対象：①3～6歳児 ②小学生

定員：各10名（先着順）

持ち物：動きやすい服装、飲料水、タオル、室内シューズ



キッズダンス教室

日時：7月9, 16, 23日（土） ①16:10～17:10 ②17:20～18:20

場所：総合体育館

対象：①小学1～3年生 ②小学4～6年生

定員：各5名（先着順）

持ち物：動きやすい服装、飲料水、タオル、室内シューズ



バレエ教室

日時：7月17, 31日（日） ①10:00～10:45 ②11:00～11:45

場所：総合体育館 1F スタジオ

対象：①4歳～6歳 ②小学1～3年生

定員：各10名（先着順）

持ち物：動きやすい服装、飲料水、タオル、室内シューズ



むくみ改善予防講座

日時：7月3日（日） 10:00～11:30

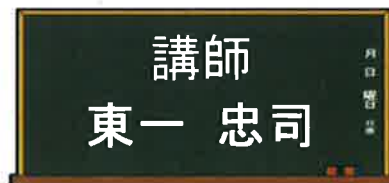
場所：総合体育館

参加費：無料

対象：16歳以上

定員：30名（先着順）

持ち物：動きやすい服装、飲料水、タオル、筆記用具



志方城 御城印 総合体育館 1F 売店にて販売中！

1枚 300円 ※お一人様 5枚まで とないます

検索

加古川市立総合体育館

<http://www.kakogawa-sports.join.us.jp>



6月の休館日

6月15日(水)

7月スタートの教室です☆ ぜひご参加ください！

教室名	曜日	時間	実施日	定員	参加費	対象
太極拳	月	10:00~11:00	7月 4,11,25 8月 1,8,22,29 9月 5,12,26	12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
骨盤調整ヨガ	月	A 10:00~11:00 B 11:15~12:15 C 12:30~13:30 D 13:45~14:45	6月 27 7月 11,25 8月 1,22,29 9月 5,12 10月 3,17	各12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
フラダンス	月	13:00~14:00 (オーキッド)	7月 4,11,25 8月 8,22,29 9月 5,12,26	各12名	10,000円 (全9回)	16歳以上
		14:15~15:15 (マイル)				
	木	19:00~20:50 (ピカケ)	7月 14 8月 4,18 9月 8,29		10,000円 (全5回)	
	火	10:00~11:00	7月 5,12,19,26 8月 9,23 9月 6,13,20,27	12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
リフレッシュヨガ	火	11:15~12:15	7月 5,12,19,26 8月 9,23 9月 6,13,20,27	12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
リラクゼーションヨガ	火	①18:50~19:50 ②19:50~20:50	7月 5,12,19,26 8月 2,9,23,30 9月 6,13,20,27	各12名	月5,000円 (月謝制)	16歳以上
フラメンコ	木	14:00~15:30	7月 7,21,28 8月 4,25 9月 1,15,22,29		月5,000円 (月謝制)	
	水	9:30~10:30	7月 13,27 8月 10,24 9月 7,28	20名	6,000円 (全6回)	16歳以上
ストレッチヨガ	水	A 12:45~13:45 B 14:00~15:00	7月 6,13,27 8月 3,10,24,31 9月 7,28	各11名	9,000円 (全9回)	16歳以上
姿勢ピラティス	木	10:00~11:00	7月 7,14,21 8月 4,18,25 9月 1,8,15,29	12名	10,000円 (全10回)	16歳以上
エアロビクス	金	10:00~11:00	7月 8,15 8月 5,12,19,26 9月 2,9,16,30	30名	3,000円 (全10回)	16歳以上
かんたんエアロビクス	金	11:15~12:15		30名	3,000円 (全10回)	16歳以上 (初心者)
美容バレエ	金	10:00~11:00	7月 8,15,22 8月 5,12,19 9月 2,9,16	12名	月4,000円 (月謝制)	16歳以上

★ 申し込み期間 ★

6月1日(水)から申込開始
定員になり次第締め切りと
させていただきます。

★ 申し込み方法 ★

総合体育館窓口までお越しください。
(問い合わせ先:079-432-3000)
お気軽にお問い合わせください。