

2023年

2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

10年に一度と呼ばれる大寒波の影響で外に出ると凍えそうな日が続いておりますが、体育館は今日も元気に営業中です。寒さに耐えながら仕事を終えると、帰る頃には綺麗な星空が広がっています。特に体育館周辺は外灯などの星の光を遮る物が少ない為、街中よりも多くの星を見る事が出来ます。

## 体育館・競技場 施設の利用について

### 【体育館】利用再開について

2/1(水)より、コミュニティアリーナ・研修室の利用を再開致します。予約は1/26(木)から再開しております。

### 【競技場】改修工事について

工事期間：2022年12月12日～2023年3月11日(予定)

工事期間中は主競技場のみご利用頂けません。補助競技場、トレーニングルーム、室内練習場は通常通りご利用頂けます。

注意事項：やり投げ、ハンマー投げ、棒高跳びはご利用頂けません。

使用レーンや競技用具については占有せず譲り合ってご利用下さい。

その他注意事項については施設HPや陸上競技場にてご確認ください。

## むくみ改善予防講座

日時：2月18日(土) 10:00～11:30

場所：2F 研修室

対象：16歳以上

定員：30名(先着順)

持参物：動きやすい服装、飲料水、タオル、筆記用具

講師  
東一 忠司

## カルチャー教室 無料体験会

### 子供基礎体操

日時：3月20日(月)

①16:00～16:50 ②17:00～17:50

場所：1F スポーツアリーナ

対象：①4,5歳児 ②小学生

定員：各12名(先着順)

持参物：動きやすい服装、飲料水、タオル

### 空手

日時：3月20日(月) 19:00～20:50

場所：2F 研修室

対象：小学生以上

定員：10名(先着順)

持参物：空手衣、飲料水、タオル

検索

加古川市立総合体育館

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



2月の休館日

2月15日(水)

# 総合体育館・陸上競技場 カルチャー教室

## ラージボール卓球教室

日 時：2月6, 13, 20, 27日(月)  
9:00~11:00  
場 所：総合体育館 1F スポーツアリーナ  
受講料：500円(1回)  
対 象：16歳以上  
定 員：32名(先着順)  
持ち物：飲み物, タオル, 動きやすい服装,  
室内シューズ, ラケット

## ストレッチヨガ教室

日 時：2月8, 22 3月1, 22日(水)  
9:30~10:30  
場 所：総合体育館 2F 研修室  
受講料：4,800円(5回)  
対 象：16歳以上  
定 員：12名(先着順)  
持ち物：飲み物, タオル, 動きやすい服装

## 脳トレ元気体操教室

日 時：2月2, 9, 16日(木)  
13:30~14:30  
場 所：総合体育館 2F 研修室  
受講料：500円(1回)  
対 象：16歳以上  
定 員：15名(先着順)  
持ち物：飲み物, タオル, 室内シューズ  
動きやすい服装

## リフレッシュウォーキング教室

日 時：2月3, 10, 17, 24日  
3月3, 10, 17日(金) 10:00~11:30  
場 所：陸上競技場  
受講料：400円(1回)  
対 象：20歳以上  
定 員：50名(先着順)  
持ち物：飲み物, タオル, 動きやすい服装

## 美容バレエ教室

日 時：2月3, 17, 24日(金)  
10:00~11:00  
場 所：総合体育館 1F スタジオ  
受講料：4,000円(月謝制)  
対 象：16歳以上  
定 員：12名(先着順)  
持ち物：飲み物, タオル, 動きやすい服装

## バレエ教室

日 時：2月12, 26日(日)  
①10:00~10:50 ②11:00~11:50  
場 所：総合体育館 1F スタジオ  
受講料：3,000円(月謝制)  
対 象：①4~6歳 ②小学1~3年生  
定 員：各12名(先着順)  
持ち物：飲み物, タオル, 動きやすい服装

## キッズダンス教室(幼児クラス)

日 時：2月4, 18, 25日(土)  
15:00~16:00  
場 所：総合体育館 2F 研修室  
受講料：3,000円(月謝制)  
対 象：2~6歳児  
定 員：30名(先着順)  
持ち物：飲み物, タオル, 動きやすい服装,  
室内シューズ

## キッズダンス教室(小学生クラス)

日 時：2月18, 25日(土)  
①16:10~17:10 ②17:20~18:20  
場 所：総合体育館 2F 研修室  
受講料：3,500円(月謝制)  
対 象：①小学1~3年生 ②小学4~6年生  
定 員：各30名(先着順)  
持ち物：飲み物, タオル, 動きやすい服装,  
室内シューズ



途中入会も随時受け付けております。



お申込は 受付窓口 もしくは 体育館:079-432-3000 競技場:079-433-2662 まで