

平成30年度 スポーツパークパートナーズ本城共同事業体 教室実施計画

[10教室]

■お問合せ先(本城陸上競技場管理事務所) TEL093-692-0886

No.	教室名	回数	期日・時間	曜日	会場	対象	定員	指導者(所属)	受講料	内容
1	体幹ヨガ教室	10	4月16日～6月25日 ① 9:30～11:00 ② 11:00～12:30 ③ 13:00～14:30	毎週 月曜	本城陸上競技場 (役員室)	18歳以上	各 20	森 章子 (北九州市スポーツ クラブ連絡会)	各4,500円 (実施回数 により異なる)	成人を対象にし、リラックスしながら柔軟性と体幹を鍛える。
		7	7月2日～8月27日 ① 9:30～11:00 ② 11:00～12:30 ③ 13:00～14:30							
		10	9月3日～11月26日 ① 9:30～11:00 ② 11:00～12:30 ③ 13:00～14:30							
		14	12月3日～3月25日 ① 9:30～11:00 ② 11:00～12:30 ③ 13:00～14:30							
2	コアコンディショニング教室	10	4月17日～6月26日 9:30～10:30	毎週 火曜	本城陸上競技場 (役員室)	18歳以上	各 20	森 章子 (北九州市スポーツ クラブ連絡会)	各4,500円 (実施回数 により異なる)	成人を対象にし、ストレッチボールを使いコアを鍛え強い体を作る。
		8	7月3日～8月28日 9:30～10:30							
		10	9月4日～11月6日 9:30～10:30							
		10	11月13日～3月26日 9:30～10:30							
3	歌って♪手話教室	10	4月4日～6月27日 9:30～10:30	毎週 水曜	本城陸上競技場 (役員室)	18歳以上	各 20	近藤 美鈴 (音楽療法士)	各4,500円	手話歌で楽しみながら手話を習得する。
		10	9月5日～11月7日 9:30～10:30							
4	気軽に！ズンバ教室	10	4月5日～6月14日 9:30～10:30	毎週 木曜	本城陸上競技場 (役員室)	18歳以上	各 20	高嶋 ひろえ (北九州市スポーツ クラブ連絡会)	各4,500円 (実施回数 により異なる)	さまざまなダンス要素を取り入れ、楽しく健康的な体をつくる。
		7	7月2日～8月27日 9:30～10:30							
		10	9月3日～11月26日 9:30～10:30							
		14	12月3日～3月25日 9:30～10:30							
5	スポーツ吹矢教室	10	4月5日～9月8日 ①10:00～12:00	隔週 土曜	本城陸上競技場 (トレーニング室)	18歳以上	各 10	藤田 寛 (日本スポーツ吹矢協会)	各5,000円	成人を対象にし、腹式呼吸と胸式呼吸で健やかな体を作る。
		10	(日にち未定) ①10:00～12:00							
6	夏休み少年野球教室	5	7月24日～8月7日 9:30～11:30	毎週 火・金	本城球場	小学生	30	鎌田澄夫 山崎雅通 内川忠良 (北九州市軟式野球連盟)	2,500円	小学生を対象にし、野球の知識のみならず、友だちの輪を広げ、野球の楽しさを体験する。
7	夏休み陸上教室	5	7月25日～8月8日 9:30～11:00	毎週 水・木	本城陸上競技場	小学生	30	松田紀文 (北九州市陸上競技協会)	2,500円	小学生を対象にし、陸上競技だけではなく、運動の基礎を学ぶ。
8	夏休み初心者サッカー教室	5	7月23日～8月6日 9:30～11:00	毎週 月・水	本城運動場	小学生	30	ギラヴェンツ北九州 トレーナー	2,500円	小学生を対象にし、サッカーの練習だけに限らず、仲間とのふれあい、幅広い経験を通じてより豊かな心身を育む。
9	グラウンドゴルフ記念大会	1	(日にち未定) 9:30～11:30	未定	本城運動場	50歳以上	各 30	劔形清伸 矢野鈴子	各500円	中高年を対象にしたグラウンドゴルフ教室を開催し、グラウンドゴルフの普及を図る。
		1	(日にち未定) 9:30～11:30							
10	大人のサッカー教室	15	(日にち未定) 9:30～11:30 17:30～18:45	月3～ 4回 土曜	本城運動場	18歳以上	30	武藤 克宏 (ギラヴェンツ北九州)	1,000/回	成人を対象にし、より高度なサッカーの技術を学ぶ。