《平成31年度県民カレッジ連携講座》

# 平成31年度
# 第1期スポーツ教室

指定管理者：（公 財）鳥取県体育協会
鳥取県立倉吉体育文化会館

## 【健康づくり教室】定員15名

時間　１０時～１１時３０分

| 回数 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 月　日 | 4月8日 | 4月15日 | 4月22日 | 6月3日 | 6月10日 | 6月17日 | 6月24日 | 7月1日 | 7月5日 | 7月8日 |
| 曜　日 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 金 | 月 |

## 【午前テニス教室】定員20名　指導：倉吉市テニス協会

時間　１０時～１１時３０分

| 回数 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 月　日 | 4月9日 | 4月16日 | 4月23日 | 5月7日 | 5月28日 | 6月4日 | 6月11日 | 6月18日 | 6月25日 | 7月9日 |
| 曜　日 | 火 | 火 | 火 | 火 | 火 | 火 | 火 | 火 | 火 | 火 |

## 【運動不足解消教室】定員２０名

時間　１０時～１１時３０分

| 回数 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 月　日 | 4月10日 | 4月17日 | 4月24日 | 5月8日 | 5月29日 | 6月5日 | 6月12日 | 6月19日 | 6月26日 | 7月10日 |
| 曜　日 | 水 | 水 | 水 | 水 | 水 | 水 | 水 | 水 | 水 | 水 |

## 【ストレッチ＆ジャズ体操教室】定員20名　託

時間　１０時～１１時３０分

| 回数 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 月　日 | 4月11日 | 4月18日 | 4月25日 | 5月23日 | 5月30日 | 6月6日 | 6月13日 | 6月20日 | 6月27日 | 7月4日 |
| 曜　日 | 木 | 木 | 木 | 木 | 木 | 木 | 木 | 木 | 木 | 木 |

## 【やさしいバドミントン教室(午前）】定員10名

時間

| 回数 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 月　日 | 4月11日 | 4月18日 | 4月25日 | 5月23日 | 5月30日 | 6月6日 | 6月13日 | 6月20日 | 6月27日 | 7月4日 |
| 曜　日 | 木 | 木 | 木 | 木 | 木 | 木 | 木 | 木 | 木 | 木 |

## 【ラージボール卓球＆ソフトバレー】定員30名

時間　１０時～１１時３０分

| 回数 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 月　日 | 4月12日 | 4月26日 | 5月24日 | 5月31日 | 6月7日 | 6月14日 | 6月21日 | 6月28日 | 7月5日 | 7月12日 |
| 曜　日 | 金 | 金 | 金 | 金 | 金 | 金 | 金 | 金 | 金 | 金 |

## 【太極拳教室】定員20名

時間　１０時～１１時３０分

| 回数 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 月　日 | 4月20日 | 4月27日 | 5月11日 | 5月25日 | 6月1日 | 6月8日 | 6月15日 | 6月22日 | 6月29日 | 7月6日 |
| 曜　日 | 土 | 土 | 土 | 土 | 土 | 土 | 土 | 土 | 土 | 土 |

【参加料】　いずれのコースも２，０００円（１０回）

【申込み】　平成３１年４月１日（月）より受け付けます。
鳥取県立倉吉体育文化会館へお申込みください。
電話　０８５８－２６－４４４１

【その他】　・平成３１年度スポーツ安全保険に加入をお願いします。６４歳以下　１，８５０円　６５歳以上１，２００円

託　は託児つき教室です。希望される方は事前に予約してください。
（託児は２歳以上のお子様に限らせていただきます）

・参加料の返金につきましては、病気・けが・転勤・妊娠等、やむをえない場合で、
教室の初回開催日の前日までに申請があったものに限り返金します。
・保険料は原則返金できませんのでご了承ください。
・返金の際には、申込時の領収書が必要となりますので大切に保管してください。

スポーツ教室情報
↓HPはこちらです