

スポーツ教室情報 10月～3月

○ だれでも参加できる

■ 該当市町在住・在勤・在学者・競技団体等に限る

◎ 近畿全国規模の大会

月	日	曜日	教室名	内容	場所	記号	問合せ先/TEL等
7～3	毎週	水	キッズハンドボール教室 (上級生のみ)	毎週水曜日 P M19:00～21:00	彦根東中学校体育館	○	彦根市ハンドボール協会/前川 090-7093-1419
7～3	毎月	日	キッズハンドボール教室 (下級生のみ)	毎月第2・4週日曜日 P M13:30～15:30	彦根市立高宮小学校体育館	○	彦根市ハンドボール協会/前川 090-7093-1419
8～10			セーリング教室	週1回程度。琵琶湖の自然を生かした教室。	松原沖	○	(一社)彦根市スポーツ協会 (0749) 30-9674
9～3			ヨガ教室	週1回程度。健康作りのヨガ教室。	ひこね市文化プラザ	○	(一社)彦根市スポーツ協会 (0749) 30-9674
9～3			ボディケアヨガ教室	週1回程度。健康作りのヨガ教室。	稲枝地区体育館・南地区公民館	○	(一社)彦根市スポーツ協会 (0749) 30-9674
9～3			ステップエアロ教室	週1回程度。ステップ台を使ったエアロビクス教室。	ひこね市文化プラザ	○	(一社)彦根市スポーツ協会 (0749) 30-9674
9～3			夜ヨガ教室	週1回程度。健康作りのヨガ教室。	ひこね市文化プラザ	○	(一社)彦根市スポーツ協会 (0749) 30-9674
9～3			ポルボブラ&コアトレ教室	週1回程度。健康作りのポルドブラ教室。	ひこね市文化プラザ	○	(一社)彦根市スポーツ協会 (0749) 30-9674

スポーツ教室情報 10月～3月

○ だれでも参加できる

■ 該当市町在住・在勤・在学者・競技団体等に限る

◎ 近畿全国規模の大会

月	日	曜日	教室名	内容	場所	記号	問合せ先/TEL等
9～3			エンジョイエアロ教室	週1回程度。健康作りのエアロビクス教室。	ひこね市文化プラザ	○	(一社)彦根市スポーツ協会 (0749) 30-9674
9～3		火・水 木	幼児体操教室	体操器具を使って運動の楽しさを体験する	滋賀県立栗東体育館 アリーナ	○	滋賀県立栗東体育館 077-551-1030
9～3		水	親子ふれあい体操教室	3,4歳児とその保護者が共に運動の楽しさを味わう	滋賀県立栗東体育館 アリーナ	○	滋賀県立栗東体育館 077-551-1030
9～3		水	スポーツ健康塾	健康運動を通して生き甲斐や輝きのある生活に繋げる	滋賀県立栗東体育館 アリーナ	○	滋賀県立栗東体育館 077-551-1030
9～3		木	初めてのヨガ教室	姿勢、呼吸、瞑想を主としたエクササイズ	滋賀県立栗東体育館 会議室	○	滋賀県立栗東体育館 077-551-1030
9～3		金	avexダンスプログラム バンベート	avexのダンスプログラム(4,5歳児対象)	滋賀県立栗東体育館 会議室	○	滋賀県立栗東体育館 077-551-1030
9～3		金	avexダンスプログラム ダンスボックス①	avexのダンスプログラム(小学1～3年生児対象)	滋賀県立栗東体育館 会議室	○	滋賀県立栗東体育館 077-551-1030
9～3		金	avexダンスプログラム ダンスボックス②	avexのダンスプログラム(小学4～中学生対象)	滋賀県立栗東体育館 会議室	○	滋賀県立栗東体育館 077-551-1030

スポーツ教室情報 10月～3月

○ だれでも参加できる

■ 該当市町在住・在勤・在学者・競技団体等に限る

◎ 近畿全国規模の大会

月	日	曜日	教室名	内容	場所	記号	問合せ先/TEL等
9～3		金	avexダンスプログラム ダンスボックス③	avexのダンスプログラム (中学生～一般対象)	滋賀県立栗東体育館会議室	○	滋賀県立栗東体育館 077-551-1030
9～3		土	小学生体操教室	運動を通して身体を動かす楽しさを感じる	滋賀県立栗東体育館 アリーナ	○	滋賀県立栗東体育館 077-551-1030
9～3		土・日	トランポリン教室	トランポリンを使って空間認識能力 や体幹などを鍛える	滋賀県立栗東体育館 アリーナ	○	滋賀県立栗東体育館 077-551-1030
10/1～12/17		木	太極拳deコンディショニング	太極拳	彦根総合運動場 会議室	○	県立彦根総合運動場 0749-23-4911
10/2～12/4		金	シニア健康体操教室	リズム体操・ストレッチなどのいろ いろな運動	ひこね燦ぱれす	■	彦根市スポーツ部スポーツ課 0749-22-5955
10/5～12/14		月	太極舞&ヨガ教室	太極舞（中国音楽に合わせて動く ゆっくりペースの有酸素運動）とヨ ガ	高宮地域文化センター	■	彦根市スポーツ部スポーツ課 0749-22-5955
10/7～12/16		水	エアロビクス&ボディシェイプ 教室	エアロビクスとピラティス・ヨガ・ 筋トレなど	鳥居本地区公民館	■	彦根市スポーツ部スポーツ課 0749-22-5955
10～3	毎週	火	ネットでポンポイ	東近江市発祥のスポーツ 専用ネットを使い、ボールを相手 コートに放つ新しい種目	能登川アリーナ体育館	○	NPO法人 能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400

スポーツ教室情報 10月-3月

○ だれでも参加できる

■ 該当市町在住・在勤・在学者・競技団体等に限る

◎ 近畿全国規模の大会

月	日	曜日	教室名	内容	場所	記号	問合せ先/TEL等
10~3	毎週	火	バスケットボール	少しレベルは高いけれど10分程度の試合を毎回繰り返しています	能登川中学校体育館	○	NPO法人 能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
10~3	毎週	火・水 金	バドミントン	家族や友だちみんなと一緒に楽しく汗を流しましょう (水曜日午後はシニアクラス) (水曜日夜は初心者クラス) もあります	能登川アリーナ体育館	○	NPO法人 能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
10~3	毎週	火・木	スポレック	プラスチック製ラケットとスポンジボールで、安全性が高く幅広い年齢層で楽しめます	能登川アリーナ体育館	○	NPO法人 能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
10~3	毎週	火・金	リフレッシュヨガ	肩こり、腰痛、運動不足はもちろん日頃のストレスも発散できます	能登川アリーナ 多目的室	○	NPO法人 能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
10~3	毎週	火・金	リフレッシュヨガ	肩こり、腰痛、運動不足はもちろん日頃のストレスも発散できます	能登川アリーナ 多目的室	○	NPO法人 能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
10~3	毎週	火・木 金	ビーチボール	ビニール製のボールでおこなう4人制のバレーボール	能登川アリーナ体育館	○	NPO法人 能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
10~3	毎週	水・木 金	ピンポン	気軽に卓球がしたい方、技術上達を目指す方、それぞれ楽しめます	能登川アリーナ体育館	○	NPO法人 能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
10~3	毎週	土	陸上 (小学3~6年生)	走ることはスポーツの基本 速く走れるようになりたい人、友達を増やしたい人集合!	能登川アリーナ グラウンド	○	NPO法人 能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400

スポーツ教室情報 10月-3月

○ だれでも参加できる

■ 該当市町在住・在勤・在学者・競技団体等に限る

◎ 近畿全国規模の大会

月	日	曜日	教室名	内容	場所	記号	問合せ先/TEL等
10~3	開園日	火~日	グラウンドゴルフ	大自然の中でリフレッシュ、健康づくり仲間づくりの生涯スポーツとして人気	ふれあい運動公園 グラウンドゴルフ場	○	NPO法人 能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
10~3	月2回	火or土	フラダンス『Lei Kulaia』	ハワイアン音楽を聴きながらやさしいステップで、どなたでも踊れます♪	能登川アリーナ 多目的室	○	NPO法人 能登川総合スポーツクラブ 0748-42-8400
10~3	毎週	火	小学生バレーボール教室	小学生対象のバレーボール教室	YMITアリーナ	○	YMITアリーナ 077-563-1265
10~3	毎週	火	小学生バスケットボール教室	滋賀レイクスターズ所属選手による小学生対象のバスケットボール教室	YMITアリーナ	○	YMITアリーナ 077-563-1265
10~3	毎週	水	小学生スポーツ教室	小学生低学年を対象としたスポーツ教室	草津市立総合体育館	○	草津市立総合体育館 077-568-3150
10~3	毎週	金	スタイルエクサ+K体験教室	一般女性対象のスタイルエクサ+Kの体験教室	YMITアリーナ	○	YMITアリーナ 077-563-1265
12~3	毎月㊦4回	木	ジュニアなんでも運動教室(後期)	基礎運動能力を高める教室 年少児~年長児対象/全12回	栗東市民体育館 第2アリーナ	○	栗東市民体育館 077-553-4321
毎月	第1.2.3	火	楽しくフラダンス教室	フラダンス	コミュニティセンターなかさと	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968

スポーツ教室情報 10月 - 3月

○ だれでも参加できる

■ 該当市町在住・在勤・在学者・競技団体等に限る

◎ 近畿全国規模の大会

月	日	曜日	教室名	内容	場所	記号	問合せ/TEL等
毎月	第1.3 第2.4	水 金	リラックスヨガ教室	ヨガ	コミュニティセンターひょうず コミュニティセンターなかさと	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第2.4	水	健康太極拳教室	太極拳	コミュニティセンターひょうず	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1.2.3	木	貯筋運動教室	筋力を貯金する運動	コミュニティセンターひょうず	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1.2.3	木	フラダンス木曜日教室	フラダンス	野洲市総合体育館	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
毎月	第1.2.3	金	いきいき体操教室	高齢者向けの運動	コミュニティセンターひょうず	○	さざなみスポーツクラブ 077-532-4968
通年	毎週	火~金	はじめてのピンポン	初心者の卓球教室 当日受付/1回300円	栗東市民体育館 第1アリーナ	○	栗東市民体育館 077-553-4321
通年	毎月2回	火	すまいる体操	誰でも楽しめる体操講座 当日受付/1回300円	栗東市民体育館 第1アリーナ	○	栗東市民体育館 077-553-4321
通年	毎週	水・金 (1-3月 水のみ)	はじめてのテニス	初心者のテニス教室 当日受付/1回300円	栗東運動公園テニスコート	○	栗東市民体育館 077-553-4321

スポーツ教室情報 10月－3月

○ だれでも参加できる

■ 該当市町在住・在勤・在学者・競技団体等に限る

◎ 近畿全国規模の大会

月	日	曜日	教室名	内容	場所	記号	問合せ先/TEL等
通年	毎週	水	ステップアップ・テニス	中級者向けのテニス教室 当日受付/1回300円	栗東運動公園テニスコート	○	栗東市民体育館 077-553-4321
通年	毎月4回	水	ジュニアレスリング教室	初心者から参加できる教室 小学1～6年生対象	栗東市民体育館 第1アリーナ	○	栗東市民体育館 077-553-4321
通年	毎月4回	木	ステップアップ・ピンポン	初・中級者向けの卓球教室 当日受付/1回300円	栗東市民体育館第1アリーナ	○	栗東市民体育館 077-553-4321
通年	毎月4回	木	いきいき運動教室	介護予防運動教室 当日受付/1回500円	栗東市民体育館会議室	○	栗東市民体育館 077-553-4321
通年	毎月4回	木	ジュニアテニス教室	初歩的なテニス教室 小学2～6年生対象	栗東運動公園テニスコート	○	栗東市民体育館 077-553-4321
通年	毎週	火・木	初・中級テニスin 野洲	初・中級者向けのテニス教室 当日受付/10回5,000円	野洲川運動公園 テニスコート	○	野洲川体育館 077-553-1006
通年	毎週	水・金	はじめての卓球・野洲ポン	初心者の卓球教室 当日受付/1回300円	野洲川体育館	○	野洲川体育館 077-553-1006
通年	毎月4回	土	栗東陸上教室	陸上教室 小学4～6年生対象	野洲川運動公園 陸上競技場	○	野洲川体育館 077-553-1006

スポーツ教室情報 10月-3月

○ だれでも参加できる

■ 該当市町在住・在勤・在学者・競技団体等に限る

◎ 近畿全国規模の大会

月	日	曜日	教室名	内容	場所	記号	問合せ先/TEL等
通年	毎月5回	水	かんたんストレッチ教室	誰でも楽しめるストレッチ講座 当日受付/1回300円	治田西スポーツセンター	○	治田西スポーツセンター 077-554-0169
通年	毎月4回	土	かんたんエアロ&ストレッチ教室	誰でも楽しめるストレッチ講座 当日受付/1回300円	十里体育館	○	十里体育館 077-553-1701
			スキー・スノボ教室	クラブ員を対象にスキー・スノーボードを教える	グランスノー奥伊吹	○	いぶきスポーツクラブ 0749-58-1155
			バドミントン教室	クラブ員を対象にバドミントンを教える	伊吹山麓体育館	○	いぶきスポーツクラブ 0749-58-1155
			バスケット教室	クラブ員を対象にバスケットを教える	伊吹山麓体育館	○	いぶきスポーツクラブ 0749-58-1155
			キッズダンス教室	クラブ員を対象にダンスを教える	伊吹山麓体育館（武道室）	○	いぶきスポーツクラブ 0749-58-1155
			ヨガ教室	クラブ員を対象にヨガを教える	伊吹山麓体育館（武道室）	○	いぶきスポーツクラブ 0749-58-1155
			ストレッチ&健康体操	クラブ員を対象にストレッチ体操を教える	伊吹山麓体育館（武道室）	○	いぶきスポーツクラブ 0749-58-1155

スポーツ教室情報 10月－3月

○ だれでも参加できる

■ 該当市町在住・在勤・在学者・競技団体等に限る

◎ 近畿全国規模の大会

月	日	曜日	教室名	内容	場所	記号	問合せ先/TEL等
			エアロビ教室	クラブ員を対象にエアロビを教える	伊吹薬草の里（レクリエーション室）	○	いぶきスポーツクラブ 0749-58-1155
			イブキッズ	小学生を対象に開催する運動教室 (毎月約1回開催)	主に伊吹山麓体育館	○	いぶきスポーツクラブ 0749-58-1155