

スポーツ教室 (広温水プール受付)

TEL 73 - 6325
FAX 73 - 6326

※申込期間中に広温水プールへ申し込んでください。
※申込多数の場合は抽選とします。

教室名	対象	定員	実施日	時間	曜日	回数	場所	参加費	申込期日	
幼児 A 水泳教室	4~6歳	30名	12/18・20	15:00~16:30	火・木	10	広温水プール	5,000円	10/23 ~ 11/2	
児童 A 水泳教室	小学生	40名	1/8・10・17・22・24・29・31 2/5	16:30~18:00				4,000円		
アクアピクス	18歳以上	30名	12/18 1/8・22・29 2/5	10:30~12:00	火	2,500円				
			12/20 1/10・17・24・31	木	2,500円					
幼児 B 水泳教室	4~6歳	30名	12/19・21	15:00~16:30	水・金	10		5,000円		10/23 ~ 11/2
児童 B 水泳教室	小学生	40名	1/9・11・16・18・23・25・30 2/1	16:30~18:00				4,000円		
水中ウォーキング	18歳以上	40名	12/19 1/9・16・23・30	10:30~12:00	水	2,500円				
			12/21 1/11・18・25 2/1		金	2,500円				
成人水泳教室	18歳以上	40名	12/19 1/9・16・23・30	13:00~14:30	水	2,500円				
			12/21 1/11・18・25 2/1		金	2,500円				
日曜水中ウォーキング教室	18歳以上	15名	2/10・17・24	11:00~12:30	日	8	4,000円	12/12 ~ 12/21		
日曜成人水泳教室			3/3・10・17・24・31	13:00~14:30						
土曜児童 A 水泳教室	小学生	40名	2/2・9・16・23 3/2・9・23・30	09:30~11:00	土	8	3,200円			
土曜児童 B 水泳教室		40名		11:30~13:00						
土曜児童 C 水泳教室		30名		13:00~14:30						

スポーツ教室 (呉市体育館受付)

TEL 25 - 3475
FAX 26 - 6271

※申込は先着順です。

教室名	対象	実施期間	曜日	実施時間	回数	定員	実施場所	参加料	申込期間
第3回ピラティス&フローイングヨガ	18歳以上	1/8~3/26	火	10:00~11:30	12	25	市体育館 (サブコート)	4,800円	12/18 ~ 12/27
第3回バランスボール	18歳以上	1/8~3/26	火	11:45~13:15	12	20		4,800円	
第3回中高年に優しい健康体操	おおむね 50歳以上の 女性	1/8~3/12	火	13:30~15:00	10	30		3,500円	
第3回女性エアロピクス	18歳以上の 女性	1/7~3/25	月・金コース	19:00~20:30	各10	各20		13~1 3,500円 23~1 7,000円	

※実施期間は変更する場合があります



スポーツ施設の利用、大会及び教室に関する問い合わせ等がありましたら、
呉市体育振興財団事務局までお願いします。

☎ 0737-0818 呉市二河町1-8 (スポーツ会館内)

TEL (0823) 22-1264 メールアドレス kspf@rio.odn.ne.jp

発行・編集：(財) 呉市体育振興財団

財団法人呉市体育振興財団だより Vol.58

スポーツくれ

平成24年9月

だれもが気軽に親しめるスポーツくれは、市民の皆様の
健康増進の手助けとなる情報です。

呉市体育振興財団主催 イベント

サンフレッチェ広島 応援バスツアー	日 時：平成24年11月24日(土) 14:30キックオフ ※12時までに呉市体育館北側へ集合 場 所：広島ビッグアーチ 申 込：往復はがきに参加者全員の住所・氏名・年齢(学年)・携帯電話番号・返信面に住所氏名 を記入のうえ、スポーツ会館(〒737-0818呉市二河町1-8)へ。1枚5人まで応募可。 定 員：200人。申込多数の場合は抽選 締 切：平成24年11月10日(土) 必着 問合わせ：呉市スポーツ会館(TEL22-1264)
シニア卓球 大会	日 時：平成24年12月4日(火) 9:00~(受付8:30~) 場 所：オークアリーナ(呉市総合体育館) 競技方法：硬式シングルスで4段階年齢別(男女別)予選リーグ・決勝トーナメント 対象年齢 60歳~64歳・65歳~69歳・70~74歳・75歳以上 参加資格：呉市内及び近郊在住の方 申 込：別紙申込書に氏名・年齢・クラスを明記の上スポーツ会館へ 締 切：平成24年11月13日(火) 厳守 問合わせ：呉市スポーツ会館(TEL22-1264)
ミニバスケット ボール	日 時：平成25年1月19日(土) 9:00~17:00 場 所：オークアリーナ(呉市総合体育館) ※詳細はスポーツ会館へ 問合わせ：呉市スポーツ会館(TEL22-1264)
卓球講習会	日 時：平成25年2月2日(土) 9:30~ 場 所：オークアリーナ(呉市総合体育館) 参加資格：中学生とその指導者 ※詳細はスポーツ会館へ 問合わせ：呉市スポーツ会館(TEL22-1264)

※大会日時は変更する場合があります。



スポーツ教室 (オークアリーナ受付)

TEL 74 - 0909
FAX 74 - 0933

※申込多数の場合は抽選とします。

教室名	対象	定員	実施日	時間	場所	参加費	申込期日	
ヨガ・ボディワーク	18歳以上	80名	12/14・21 1/11・18・25 2/1・8・15・22 3/8・15・22	19:30~20:45	武道場	4,200円	10/12 ~ 11/14	
バランストレーニング	18歳以上	40名	12/5・12・26 1/9・23・30 2/6・13・27 3/6	13:30~15:00	武道場	3,500円	10/12 ~ 11/5	
3B体操	A(水曜日)	母子 1歳迄	25名	12/5・12・26 1/9・23・30 2/6・13・27 3/6	09:30~10:30	武道場	各3,500円 別途教材費要	10/12 ~ 11/3
	C(水曜日)	母子 2~4歳未満	30名		10:30~11:30			
	B(月曜日)	母子 1~2歳迄	20名	12/3・10・17 1/7・21・28 2/4・18・25 3/4	10:30~11:30			
女性エアロビクス	月曜日	18歳以上の 女性	40名	12/3・10・17 1/7・21・28 2/4・18・25 3/4	19:00~20:30	サブアリーナ	各3,500円	10/12 ~ 11/7
	水曜日		40名	12/5・12・26 1/9・23・30 2/6・13・27 3/6	19:00~20:30			
	金曜日		40名	12/7・14・21 1/11・18・25 2/1・8・22 3/8	19:00~20:30			
筋力トレーニング	18歳以上	30名	12/5・12・26 1/9・23・30 2/6・13・27 3/6	10:00~11:30	トレーニング ルーム	5,000円	10/12 ~ 11/5	
卓球	18歳以上	30名	10/1・15・22・29 11/5・12・19・26 12/3・10	19:00~21:00	メインアリーナ	3,500円	8/12 ~ 9/20	
女性ソフト エアロビクス	月曜日	18歳以上の 女性	40名	1/7・21・28 2/4・18・25 3/4・11・18・25	10:00~11:30	サブアリーナ	各3,500円	11/12 ~ 12/15
	水曜日		40名	1/9・23・30 2/6・11・13・27 3/6・13・27				
やさしい エアロビクス & ストレッチ	A	18歳以上	50名	1/4・11・18・25 2/1・8・15・22 3/8・15	9:30~11:00	サブアリーナ	各3,500円	11/12 ~ 12/12
	B		50名		11:00~12:30			
中高年にやさしい健康体操	概50歳以上の 女性	40名	1/7・14・21・28 2/4・18・25 3/4・11・18	15:00~17:00	サブアリーナ	3,500円	11/12 ~ 12/8	
カーディオ・ピラティス	18歳以上	35名	1/10・17・24・31 2/7・14・21 3/7・14・28	13:00~14:30	サブアリーナ	3,500円	11/12 ~ 12/10	
キックボクシングエクササイズ	18歳以上	50名	1/10・17・24・31 2/7・14・21 3/7・14・28	19:00~20:30	サブアリーナ	3,500円	11/12 ~ 12/10	
シェイプアップ	スーパー (火曜日)	18歳以上	50名	1/8・15・22・29 2/5・12・19・26 3/5・12	10:00~12:00	サブアリーナ	各3,500円	11/12 ~ 12/4
	ソフト (木曜日)		50名	1/10・17・24・31 2/7・14・21 3/7・14・28				
ヨ - ガ	月曜日	18歳以上	50名	1/7・21・28 2/4・18・25 3/4・11・18・25	13:00~15:00	武道場	3,500円	11/12 ~ 12/1
	木曜日			1/10・17・24・31 2/7・14・21 3/7・14・28				
ファミリースポーツデー・オークスポーツデー								
ファミリースポーツデー	小学生以上	40名	10/5・19 11/2・16	12/7	18:00~20:30	メインアリーナ 又は サブアリーナ	小学生100円 高校生以上200円	当日
オークスポーツデー		40名	10/1・3・10・22・24・29・31 11/5・7・12・14・19・26・28 12/3・5・10・12・17・26		13:00~15:30			

※実施期間及び実施日は変更する場合があります。

信用は黄金に優る…
呉正印刷株式会社
〒737-0051 呉市中央3丁目6-1
TEL (0823)21-3496
FAX (0823)20-0213

いきいき わくわく 健康スポーツ
株式会社ユニサス
UNISAS
スポーツ施設の設計・施工・企画運営・維持管理◆造園工事・屋上緑化◆観葉植物レンタル
本社/〒730-0045 広島市中区鶴見町12番13号 TEL 082-545-2630 FAX 082-545-2640
山口営業所/〒747-1221 山口市錦銭司2130 TEL・FAX 083-985-1313
http://www.unisas.co.jp

スポーツ教室 (スポーツ会館受付)

TEL 22 - 1264
FAX 22 - 1265

※申込は先着順です。

教室名	対象	実施期間	曜日	実施時間	回数	定員	実施場所	参加料	申込期間(先着順)
第3回トレーニングジム (健康いきいき)	18歳以上	10/15~ 12/17	月	13:00~14:30 15:00~16:30	10 10	20 20	スポーツ会館 トレーニングジム	5,000円 5,000円	9/20~ 10/5
第4回トレーニングジム (健康いきいき)	18歳以上	1/7~3/25	月	13:00~14:30 15:00~16:30	10 10	20 20	スポーツ会館 トレーニングジム	5,000円 5,000円	12/20~ 12/28
ファミリースポーツ	小学生以上	毎月第2・4金曜日 (11・12月第4金曜日は中止)		18:00~20:50	22	40	スポーツ会館 アリーナ	高校生以上 1回200円 小・中学生 1回100円	当日窓口で
スキ -	小学生以上	2/3	日	6:00~18:30	1	70	大佐山スキー場	高校生以上 4,500円 小・中学生 3,000円	12/21~ 1/15

※実施期間は変更する場合があります

スポーツ教室 (川尻温水プール)

TEL 87 - 5555
FAX 87 - 5656

※申し込み多数の場合は、締め切り日17時抽選とします。

教室名	対象	定員	実施日	時間	曜日	回数	場所	参加費	申込期日
短期成人水泳	18歳以上	30名	11/26・30 12/3・7・10・14・17・21	10:00~11:30	月・金	8	プール	4,000円	10/11 ~ 10/26
短期水中ウォーキング	18歳以上	20名	11/20・22・27・29 12/4・6・11・13	10:30~12:00	火・木	8	プール	4,000円	
幼児水泳	4~6歳	24名	1/8・10・15・17・ 22・24・29・31 2/5・7	15:30~17:00	火・木		プール	5,000円	
水中ウォーキング	18歳以上	20名	1/10・17・24・31 2/7・14・21・28 3/7・14	10:30~12:00	木		プール	5,000円	
成人水泳	18歳以上	30名	1/11・18・25 2/1・8・15・22 3/1・8・15	10:00~11:30	金	10	プール	5,000円	
アクアビクス(月・朝)	18歳以上	20名	1/7・14・21・28 2/4・18・25 3/4・11・18	10:00~11:30	月		プール	5,000円	11/16 ~ 11/30
アクアビクス(火・夜)	18歳以上	20名	1/8・15・22・29 2/5・12・19・26 3/5・12	19:00~20:15	火		プール	5,000円	
土曜児童A	小学生	30名	1/12・19・26 2/2・9・16・23 3/2・9・16	10:30~12:00	土	10	プール	4,000円	
土曜児童B		30名		13:00~14:30					
土曜児童C		15名		14:30~16:00					

※土曜児童水泳教室は、泳力により振り分ける場合があります。

スポーツ教室 (総合スポーツセンター受付)

TEL 33 - 0608
FAX 33 - 0820

※申込は先着順です。

教室名	対象	定員	実施日	時間	曜日	回数	場所	参加費	申込期日
ノルディックウォーキング 講習会	小学生以上 (3キロ以上のウォーキングが可能な人)	20	10/17	9:30~11:30	水	1	総合スポーツ センター	300円	9/20~10/16
		20	11/14	9:30~11:30		1		300円	10/20~11/13

※実施期間は変更する場合があります。

スポーツプラザ
体育社
呉店/呉市本通6丁目5-19 TEL 0823-22-8880

§ プールの水質管理に日曹ハイクロン §
〈プール直接投入タイプ〉 無機系★成分:次亜塩素酸カルシウム
日曹ハイクロンG(顆粒)即効性タイプ・日曹ハイクロンT(錠剤)持続性タイプ
広島県薬業株式会社 〒733-0833 広島市西区商工センター3-4-25
本社:082-277-7700
呉連絡所:0823-76-5507