

スポーツくれ

令和8年3月

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

2026 >>>> 2027 呉市体育振興財団 主催イベントのご案内

※記載の日時は変更になる場合があります。

呉市学童選手権 水泳競技大会

会場
シンヨーオークアリーナ
(呉市営プール)
呉市二河町2-2

対象
呉市水泳連盟の登録チームに
所属する小学生

2026.06.21
SUN 10:00~

問 呉市スポーツ会館
0823-22-1264

広島サンダースによる バレーボール講習会

会場
シンヨーオークアリーナ
(呉市総合体育館)
呉市広大新聞1-7-1

対象
小学生・中学生・高校生と
その指導者
※未経験者OK!

2026.06.07
SUN 09:30~

問 シンヨーオークアリーナ
0823-74-0909

呉市 女性卓球大会

会場
IHIアリーナ呉
(呉市体育館)
呉市中央4-1-1

対象
呉市内または呉市近郊に在住
の18歳以上の女性

2026.06.09
TUE 09:00~

問 呉市スポーツ会館
0823-22-1264



呉市小学生 ソフトボール大会

会場
入船山公園多目的広場
(呉市民広場)
呉市幸町地内

対象
呉市内または周辺の小学校に
通う、原則小学4年生以上で
編成されたチーム

2026.09.06
SUN 08:20~

問 呉市スポーツ会館
0823-22-1264

呉市近郊 ソフトバレーボール大会

会場
シンヨーオークアリーナ
(呉市総合体育館)
呉市広大新聞1-7-1

対象
呉市内または呉市近郊の連盟
に所属するチーム

2026.09.27
SUN 09:00~

問 シンヨーオークアリーナ
0823-74-0909

呉市 グラウンド・ゴルフ大会

会場
入船山公園多目的広場
(呉市民広場)
呉市幸町地内

対象
呉市内在住の人(年齢不問)
※用具無料貸出あります

2026.10.01
THU 09:00~

問 呉市スポーツ会館
0823-22-1264



広島東洋カープによる 野球講習会

会場
呉市二河野球場
(鶴岡一人記念球場)
呉市二河町地内

対象
呉市内の中学校野球部に所属
する中学2年生とその指導者

2026.11.28
SAT 13:00~

問 呉市スポーツ会館
0823-22-1264

呉市 シニア卓球大会

会場
シンヨーオークアリーナ
(呉市総合体育館)
呉市広大新聞1-7-1

対象
呉市内または呉市近郊に在住
の60歳以上の人

2026.12.01
TUE 09:00~

問 シンヨーオークアリーナ
0823-74-0909

呉市小学生 ミニバスケットボール大会

会場
シンヨーオークアリーナ
(呉市総合体育館)
呉市広大新聞1-7-1

対象
呉ミニバスケットボール連盟
に所属する小学1~4年生で
編成された各小学校単位の
男女別または混合チーム

2027.01.16
SAT 09:00~

問 シンヨーオークアリーナ
0823-74-0909



日本トップ選手による 卓球講習会

会場
シンヨーオークアリーナ
(呉市総合体育館)
呉市広大新聞1-7-1

対象
呉市内の中学校卓球部に所属
する中学生とその指導者

2027.02.06
SAT 09:30~

問 シンヨーオークアリーナ
0823-74-0909

広島ガスバドミントン部による バドミントン講習会

会場
シンヨーオークアリーナ
(呉市総合体育館)
呉市広大新聞1-7-1

対象
呉市内在住または呉市内の
チームに所属する小・中学生
※用具無料貸出あります

2027.03.27
SAT 09:30~

問 シンヨーオークアリーナ
0823-74-0909

詳細に関しましては各施設へ
お気軽にお問い合わせください。
皆様のご参加を心よりお待ち
しております!

令和8年度スポーツ教室

参加者募集!

教室のお申込みにあたってご確認いただく事項



- ◆ 受付期間内に直接または電話で各施設へお申しください。(申込多数の場合は抽選です。)
- ◆ 受付最終日は、17時までの受付です。
- ◆ ★印のついた教室は、1回500円で体験参加ができます。実施日の開始時間までに窓口で手続きをお願いします。(詳細は、お問合せください。)
- ◆ 申込が定員に満たない場合、二次募集を行います。※二次募集は先着順です。
- ◆ 申込が少数の場合、教室を実施しないことがあります。
- ◆ 実施期間等は変更する場合があります。詳細は各施設へお問合せください。

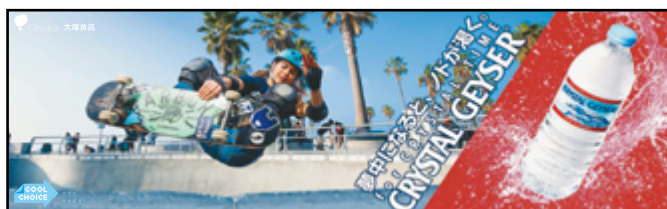
呉市スポーツ会館

呉市二河町1-8 ☎0823-22-1264



教室名	対象	定員	実施期間	曜日	時間	回数	参加費	受付期間
気功太極拳(前期)	初級	※各40	4/1~7/1	水	9:30~11:00	各12	各4,800円	3/11~3/25
	中級				11:00~12:30			
気功太極拳(ショートコース)(前期)	初級	※若干名	5/27~7/1	水	9:30~11:00	6	2,400円	5/6~5/20
気功太極拳(後期)	初級	※各40	9/9~12/23		9:30~11:00	各15	各6,000円	8/19~9/2
	中級				11:00~12:30			
気功太極拳(ショートコース)(後期)	初級	※若干名	11/4~12/23		9:30~11:00	8	3,200円	10/14~10/28
ゴルフ(前期)【呉カントリークラブ】	18歳以上	各25	4/1~7/22	水	10:00~11:30	各15	各6,750円	3/5~3/18
ゴルフ(後期)【呉カントリークラブ】			8/26~12/9					7/30~8/12
トレーニングジム ①	A	各23	4/13~6/22	月	13:00~14:30	各10	各5,000円	3/14~3/28
	B				14:45~16:15			
トレーニングジム ②	A	7/6~9/14	13:00~14:30		6/6~6/20			
	B		14:45~16:15					
トレーニングジム ③	A	10/5~12/21	13:00~14:30	9/5~9/19				
	B		14:45~16:15					
トレーニングジム ④	A	1/18~3/15	13:00~14:30	各9	各4,500円	12/14~12/28		
	B		14:45~16:15					
中高年にやさしい健康体操 ①	概50歳以上の女性	※70	4/7~6/16	火	13:30~15:00	10	4,000円	3/10~3/24
中高年にやさしい健康体操(ショートコース) ①		※若干名	5/19~6/16			5	2,000円	4/21~5/5
中高年にやさしい健康体操 ②【IHIアリーナ呉(呉市体育館)】		※70	6/30~10/13			12	4,800円	6/9~6/23
中高年にやさしい健康体操(ショートコース) ②【IHIアリーナ呉(呉市体育館)】		※若干名	8/25~10/13			6	2,400円	7/28~8/11
中高年にやさしい健康体操 ③		※70	10/27~12/22			8	3,200円	10/6~10/20
中高年にやさしい健康体操(ショートコース) ③		※若干名	12/1~12/22			4	1,600円	11/3~11/17
中高年にやさしい健康体操 ④		※70	1/12~3/23			10	4,000円	12/15~1/5
中高年にやさしい健康体操(ショートコース) ④		※若干名	2/16~3/23			5	2,000円	1/19~2/2
アーチェリー	小学5年生以上	18	5/9~7/11	土	14:00~16:00	10	4,000円	4/10~4/24
子ども硬式テニス	小学生	20	7/24~8/24	月・水・金	9:00~11:00	8	3,200円	6/26~7/10
弓道	中学生以上	40	8/22~10/31	土	14:00~16:00	10	4,000円	7/21~8/4
硬式テニス	18歳以上	30	9/18~11/6	金	10:00~12:00	8	3,200円	8/22~9/5

定員に「※」のある教室は、先着順での受付となります。





教室名	対象	定員	実施期間	曜日	時間	回数	参加費	受付期間			
楽しくフィットネス!健康的でスリムな身体づくり ①	18歳以上	各60	4/6~6/22	月	10:00~11:30	11	4,400円	2/22~3/6			
楽しくフィットネス!健康的でスリムな身体づくり ②			7/6~9/14			9	3,600円	5/24~6/6			
楽しくフィットネス!健康的でスリムな身体づくり ③			10/5~12/14			8	3,200円	8/23~9/3			
楽しくフィットネス!健康的でスリムな身体づくり ④			1/18~3/15			9	3,600円	11/22~12/4			
ヨガストレッチ&かんたん体操 ①	18歳以上	各50	4/8~7/22	水	10:00~11:30	10	4,000円	2/17~3/1			
ヨガストレッチ&かんたん体操 ②			8/5~11/11			11	4,400円	6/24~7/3			
ヨガストレッチ&かんたん体操 ③			12/2~3/10			11	4,400円	10/26~11/5			
キックボクシング・パワーヨガ ①*	18歳以上	各50	4/2~6/18	木	19:00~20:30	12	4,800円	2/22~3/6			
キックボクシング・パワーヨガ ②*			7/2~9/17			10	4,000円	5/24~6/6			
キックボクシング・パワーヨガ ③*			10/1~12/17			11	4,400円	8/23~9/3			
キックボクシング・パワーヨガ ④*			1/7~3/18			10	4,000円	11/22~12/4			
シェイプアップ ①	18歳以上	スーパー ソフト 各50	4/7~6/23	火	10:00~12:00	11	4,400円	2/22~3/6			
			4/2~6/18	木		12	4,800円				
シェイプアップ ②			7/7~9/15	火		各10	各4,000円	5/24~6/6			
			7/2~9/17	木							
シェイプアップ ③		10/6~12/15	火	9		3,600円	8/23~9/3				
		10/1~12/17	木	12		4,800円					
シェイプアップ ④		1/12~3/23	火	各10		各4,000円	11/22~12/4				
		1/7~3/18	木								
中高年の エアロビクス&ストレッチ ①	概50歳以上の 女性	各75	4/3~6/19	金	9:30~11:00	各10	各4,000円	2/22~3/6			
			11:00~12:30								
中高年の エアロビクス&ストレッチ ②			7/3~9/18		9:30~11:00				各10	各4,000円	5/24~6/6
			11:00~12:30								
中高年の エアロビクス&ストレッチ ③		10/2~12/18	9:30~11:00	各10	各4,000円	8/23~9/3					
		11:00~12:30									
中高年の エアロビクス&ストレッチ ④		1/8~3/19	9:30~11:00	各11	各4,400円	11/22~12/4					
		11:00~12:30									
中高年にやさしい健康体操 ①	概50歳以上の 女性	各80	4/6~6/22	月	15:00~16:30	11	4,400円	2/22~3/6			
中高年にやさしい健康体操 ②			7/6~9/14			9	3,600円	5/24~6/6			
中高年にやさしい健康体操 ③			10/5~12/14			8	3,200円	8/23~9/3			
中高年にやさしい健康体操 ④			1/18~3/15			9	3,600円	11/22~12/4			
やさしいエアロビでシェイプアップ ①	18歳以上	各35	4/6~6/22	月	19:00~20:30	11	4,400円	2/22~3/6			
やさしいエアロビでシェイプアップ ②			7/6~9/14			9	3,600円	5/24~6/6			
やさしいエアロビでシェイプアップ ③			10/5~12/14			8	3,200円	8/23~9/3			
やさしいエアロビでシェイプアップ ④			1/18~3/15			9	3,600円	11/22~12/4			
エアロビクス ①	18歳以上	各35	4/8~7/22	水	19:00~20:30	10	4,000円	2/17~3/1			
			4/3~7/10	金		13	5,200円				
エアロビクス ②			8/5~11/11	水		10	4,000円	6/24~7/3			
			8/7~11/20	金		13	5,200円				
エアロビクス ③		12/2~3/10	水	11		4,400円	10/26~11/5				
		12/4~3/19	金	14		5,600円					
トータルトレーニング ①		18歳以上	各23	4/8~7/22		水	10:00~11:30	10	5,000円	2/17~3/1	
トータルトレーニング ②				8/5~11/11				11	5,500円	6/24~7/3	
トータルトレーニング ③	12/2~3/10			11	5,500円			10/26~11/5			
ヨガ ①	18歳以上	各50	4/6~6/22	月	13:30~15:00	11	4,400円	2/22~3/6			
			4/7~6/23	火		11	4,400円				
			4/2~6/18	木		12	4,800円				
			4/3~6/19	金		12	4,800円				
ヨガ ②			7/6~9/14	月		10	4,000円	5/24~6/6			
			7/7~9/15	火		10	4,000円				
			7/2~9/17	木		11	4,400円				
			7/10~9/18	金		10	4,000円				
ヨガ ③		10/5~12/14	月	8		3,200円	8/23~9/3				
		10/6~12/15	火	9		3,600円					
		10/1~12/17	木	12		4,800円					
		10/2~12/18	金	12		4,800円					
ヨガ ④		1/18~3/15	月	9		3,600円	11/22~12/4				
		1/12~3/23	火	10		4,000円					
		1/7~3/18	木	10		4,000円					
		1/8~3/19	金	11		4,400円					
やさしい体幹トレーニング ①	18歳以上	各35	4/8~7/22	水	13:30~15:00	10	4,000円	2/17~3/1			
やさしい体幹トレーニング ②			8/5~11/11			11	4,400円	6/24~7/3			
やさしい体幹トレーニング ③			12/2~3/10			11	4,400円	10/26~11/5			
ヨガ・ボディワーク ①	18歳以上	各40	4/3~7/24	金	19:30~20:45	16	6,400円	2/17~3/1			
ヨガ・ボディワーク ②			8/7~11/20			15	6,000円	6/24~7/3			
ヨガ・ボディワーク ③			12/4~3/19			15	6,000円	10/26~11/5			
気功太極拳 ①*	18歳以上	各45	4/7~9/15	火	10:00~12:00	各22	各8,800円	2/22~3/6			
			13:00~15:00								
気功太極拳 ②*			10/6~3/23		10:00~12:00	各21	各8,400円	8/23~9/3			
子ども柔道 ①	年長児~小学生	各30	4/2~7/23	火・木	18:00~20:00	32	9,600円	2/22~3/6			
子ども柔道 ②			8/4~11/19			28	8,400円	6/24~7/3			
子ども柔道 ③			12/1~3/23			28	8,400円	10/26~11/5			
子ども剣道 ①*	年少児~中学生	各32	4/3~7/24	月・金	月…18:00~19:45 金…18:00~19:30	30	9,000円	2/22~3/6			
子ども剣道 ②*			8/3~11/20			29	8,700円	6/24~7/3			
子ども剣道 ③*			12/4~3/19			26	7,800円	10/26~11/5			
親子3B体操 ①*			4/10~6/26			各20	金	10:30~11:30	各9	各3,600円 (教材費別途)	2/22~3/6
親子3B体操 ②*	7/17~9/18	5/24~6/6									
親子3B体操 ③*	10/2~12/18	8/23~9/3									
親子3B体操 ④*	1/8~3/19	11/22~12/4									
Kidsダンス ①	年少児~小学生	各20	4/7~6/23	火	16:30~18:00	各11	各4,400円	2/22~3/6			
			4/9~6/18	木							
Kidsダンス ②			7/7~9/15	火		各10	各4,000円	5/24~6/6			
			7/9~9/17	木							
Kidsダンス ③			10/6~12/15	火		各10	各4,000円	8/23~9/3			
			10/8~12/17	木							
Kidsダンス ④			1/12~3/23	火		各10	各4,000円	11/22~12/4			
			1/7~3/18	木							
オークスポーツデー	小学生以上	各40	毎週月・水曜日(休館日除く)		13:00~15:30	小・中学生 高校以上	100円/回 200円/回	当日受付(先着)			

教室名に「*」のある教室は、『ショートコース』という実施期間が短い教室もございます。



教室名	対象	定員	実施期間	曜日	時間	回数	参加費	受付期間	
幼児水泳①	A	各30	4/2~5/14	火・木	15:30~16:30	各11	5,500円	2/12~2/25	
	B		4/3~5/15	水・金			5,500円		
幼児水泳②	A	各30	6/2~6/30	火・木	15:30~16:30	各9	4,500円	4/10~4/25	
	B		6/3~7/1	水・金			4,500円		
幼児水泳③	A	各30	9/1~10/8	火・木	15:30~16:30	各10	5,000円	7/10~7/25	
	B		9/2~10/7	水・金			5,000円		
幼児水泳④	A	各30	11/5~12/17	火・木	15:30~16:30	各12	6,000円	9/10~9/25	
	B		11/4~12/11	水・金			6,000円		
幼児水泳⑤	A	各30	1/5~2/4	火・木	15:30~16:30	各9	4,500円	11/10~11/25	
	B		1/6~2/3	水・金			4,500円		
幼児水泳⑥	A	各30	2/16~3/18	火・木	15:30~16:30	各9	4,500円	1/10~1/24	
	B		2/17~3/17	水・金			4,500円		
児童水泳①	A	各45	4/2~5/14	火・木	16:30~18:00	各11	4,400円	2/12~2/25	
	B		4/3~5/15	水・金			4,400円		
児童水泳②	A	各45	6/2~6/30	火・木	16:30~18:00	各9	3,600円	4/10~4/25	
	B		6/3~7/1	水・金			3,600円		
児童水泳③	A	各45	9/1~10/8	火・木	16:30~18:00	各10	4,000円	7/10~7/25	
	B		9/2~10/7	水・金			4,000円		
児童水泳④	A	各45	11/5~12/17	火・木	16:30~18:00	各12	4,800円	9/10~9/25	
	B		11/4~12/11	水・金			4,800円		
児童水泳⑤	A	各45	1/5~2/4	火・木	16:30~18:00	各9	3,600円	11/10~11/25	
	B		1/6~2/3	水・金			3,600円		
児童水泳⑥	A	各45	2/16~3/18	火・木	16:30~18:00	各9	3,600円	1/10~1/24	
	B		2/17~3/17	水・金			3,600円		
アクアピクス①	18歳以上	各30	4/7~6/30	火	10:30~12:00	11	5,500円	2/12~2/25	
アクアピクス②			9/1~12/8	火		10	5,000円	7/10~7/25	
アクアピクス③			1/5~3/16	火		9	4,500円	11/10~11/25	
水中ウォーキング①	18歳以上	各45	4/1~7/1	水・金	10:30~12:00	各11	各5,500円	2/12~2/25	
水中ウォーキング②			9/2~12/9	水・金		各13	各6,500円	7/10~7/25	
水中ウォーキング③			1/6~3/12	水・金		各10	各5,000円	11/10~11/25	
成人水泳①	18歳以上	各30	4/1~7/1	水・金	13:00~14:30	各11	各5,500円	2/12~2/25	
成人水泳②			9/2~12/9	水・金		各13	各6,500円	7/10~7/25	
成人水泳③			1/6~3/12	水・金		各10	各5,000円	11/10~11/25	
土曜児童水泳①	A	各45	4/4~6/27		9:30~11:00	各12	各4,800円	2/12~2/25	
	B								11:00~12:30
	C								
土曜児童水泳②	A	各45	9/5~12/5	土	9:30~11:00	各14	各5,600円	7/10~7/25	
	B								11:00~12:30
	C								
土曜児童水泳③	A	各45	1/9~3/13		9:30~11:00	各10	各4,000円	11/10~11/25	
	B								11:00~12:30
	C								
日曜水中ウォーキング①	18歳以上	各20	4/5~6/28	日	11:00~12:30	10	5,000円	2/12~2/25	
日曜水中ウォーキング②			9/13~12/13			12	6,000円	7/10~7/25	
日曜水中ウォーキング③			1/10~3/14			9	4,500円	11/10~11/25	
日曜成人水泳①	18歳以上	各15	4/5~6/28	日	13:00~14:30	10	5,000円	2/12~2/25	
日曜成人水泳②			9/13~12/13			12	6,000円	7/10~7/25	
日曜成人水泳③			1/10~3/14			9	4,500円	11/10~11/25	
日曜児童水泳①	小学生	各15	4/5~6/28	日	15:00~16:30	10	4,000円	2/12~2/25	
日曜児童水泳②			9/13~12/13			12	4,800円	7/10~7/25	
日曜児童水泳③			1/10~3/14			9	3,600円	11/10~11/25	



～ 全ては感動と笑顔のために～
All for emotion and smile

TAIKUSHA



DPDプラス スポーツ現場の衛生管理に
遊離残留塩素測定試薬

株式会社 オーヤラックス
https://www.oyalox.co.jp

お求めは 広島県薬業(株)まで



IHIアリーナ呉(呉市体育館)

呉市中央4-1-1 ☎0823-25-3475



教室名	対象	定員	実施期間	曜日	時間	回数	参加費	受付期間
ヨガ(朝)①	18歳以上	各40	4/3~6/19	金	10:00~11:30	11	4,400円	2/19~3/5
ヨガ(朝)②			7/3~9/18			12	4,800円	5/18~6/1
ヨガ(朝)③			10/9~12/18			10	4,000円	8/24~9/6
ヨガ(朝)④			1/8~3/19			11	4,400円	11/24~12/7
ヨガ(夜)①	18歳以上	各40	4/6~6/22	月	19:00~20:30	11	4,400円	2/19~3/5
ヨガ(夜)②			7/6~9/14			10	4,000円	5/18~6/1
ヨガ(夜)③			10/5~12/21			10	4,000円	8/24~9/6
ヨガ(夜)④			1/4~3/15			10	4,000円	11/24~12/7
ピラティス&ヨガ①	18歳以上	各30	4/7~6/23	火	10:00~11:30	10	4,000円	2/19~3/5
ピラティス&ヨガ②			7/7~9/15			10	4,000円	5/18~6/1
ピラティス&ヨガ③			10/6~12/15			8	3,200円	8/24~9/6
ピラティス&ヨガ④			1/5~3/23			11	4,400円	11/24~12/7
★ボール&フィットネス①	18歳以上	各25	4/7~6/23	火	11:45~13:15	10	4,000円	2/19~3/5
★ボール&フィットネス②			7/7~9/15			10	4,000円	5/18~6/1
★ボール&フィットネス③			10/6~12/15			8	3,200円	8/24~9/6
★ボール&フィットネス④			1/5~3/23			11	4,400円	11/24~12/7
★ZUMBA ~やさしいストレッチ&シェイプアップ~①	18歳以上	各40	4/7~6/23	火	13:30~15:00	10	4,000円	2/19~3/5
★ZUMBA ~やさしいストレッチ&シェイプアップ~②			7/7~9/15			10	4,000円	5/18~6/1
★ZUMBA ~やさしいストレッチ&シェイプアップ~③			10/6~12/15			9	3,600円	8/24~9/6
★ZUMBA ~やさしいストレッチ&シェイプアップ~④			1/5~3/23			11	4,400円	11/24~12/7
★エアロピクス&ストレッチ①	18歳以上	各25	4/3~6/19	金	19:00~20:30	11	4,400円	2/19~3/5
★エアロピクス&ストレッチ②			7/3~9/18			12	4,800円	5/18~6/1
★エアロピクス&ストレッチ③			10/9~12/18			11	4,400円	8/24~9/6
★エアロピクス&ストレッチ④			1/8~3/19			11	4,400円	11/24~12/7

呉市総合スポーツセンター

呉市郷原町ワラヒノ山地内 ☎0823-33-0608



教室名	対象	定員	実施期間	曜日	時間	回数	参加費	受付期間
ヨガ①	18歳以上	各20	4/2~6/25	木	14:00~15:30	各12	各4,800円	3/4~3/14
ヨガ②			7/2~10/1					6/7~6/17
ヨガ③			10/8~12/24					9/13~9/23
ヨガ④			1/7~3/25					11
硬式テニス(昼)	18歳以上	15	4/3~5/29	金	10:00~12:00	8	3,200円	3/4~3/14
硬式テニス(夜)	18歳以上	30	8/19~10/14	水	19:00~21:00	8	3,600円	8/2~8/12

呉市川尻温水プール

呉市川尻町久俊1-1-10 ☎0823-87-5555



教室名	対象	定員	実施期間	曜日	時間	回数	参加費	受付期間
キッズ水泳①	4~6歳と 小学1・2年生	各20	4/14~6/30	火	15:30~17:00	10	5,000円	3/1~3/10
キッズ水泳②			9/1~12/8			12	6,000円	8/1~8/16
キッズ水泳③			1/5~3/23			11	5,500円	11/27~12/6
水中ウォーキング①	18歳以上	25	4/9~6/25	木	10:30~12:00	10	5,000円	3/1~3/10
水中ウォーキング①(ショートコース)		若干名	5/28~6/25			5	2,500円	4/16~4/28
水中ウォーキング②		各25	9/3~12/10			14	7,000円	8/1~8/16
水中ウォーキング③			1/7~3/18			10	5,000円	11/27~12/6
成人水泳①	18歳以上	各30	4/10~6/26	金	10:00~11:30	12	6,000円	3/1~3/10
成人水泳②			9/4~12/11			15	7,500円	8/1~8/16
成人水泳③			1/8~3/19			11	5,500円	11/27~12/6
アクアピクス①	18歳以上	各30	4/13~6/29	月	10:00~11:30	10	5,000円	3/1~3/10
アクアピクス②			9/7~12/14			11	5,500円	8/1~8/16
アクアピクス③			1/4~3/15			10	5,000円	11/27~12/6
土曜児童水泳①	A	30	4/11~6/27	土	10:30~12:00	各12	各4,800円	3/1~3/10
	B	30						
	C	15						
土曜児童水泳① (ショートコース)	A	各若干名	5/23~6/27	土	10:30~12:00	各6	各2,400円	4/16~4/28
	B							
	C							
土曜児童水泳②	A	30	9/5~12/12	土	10:30~12:00	各15	各6,000円	8/1~8/16
	B	30						
	C	15						
土曜児童水泳③	A	30	1/9~3/20	土	10:30~12:00	各11	各4,400円	11/27~12/6
	B	30						
	C	15						
夏季児童水泳	小学生	45	7/24~8/25	月火木金	9:30~11:00	15	6,000円	6/27~7/6



トレーニングジムのご案内



体力づくりや筋肉トレーニング、シェイプアップやダイエットなど、トレーニング室で気軽に運動してみませんか？

【設置器具】

- ランニングマシン
- エアロバイク
- ステップマシン
- 筋力トレーニング器具一式
- マッサージ器具
- 体力測定用具
- 血圧計・体組成計
- ストレッチコーナー

スポーツ会館トレーニング室

呉市二河町1-8 ☎0823-25-5722



利用時間	火～土曜日	9:30～20:30(受付20:00)	
	日曜・祝日	9:30～16:30(受付16:00)	
定休日	月曜日		
利用料金	一般	1回	450円
	回数券	11枚綴	4,500円
	短期会員	3ヶ月	7,400円
	個人会員	1年	24,700円

シンヨーオークアリーナトレーニングルーム

呉市広大新開1-7-1 ☎0823-74-0909



利用時間	月火木金土	9:30～20:30(受付20:00)	
	日曜・祝日	9:30～17:30(受付17:00)	
定休日	水曜日		
利用料金	一般	1回	450円
	回数券	11枚綴	4,500円
	定期券	3ヶ月	7,400円

総合スポーツセンタートレーニングコーナー

呉市郷原町ワラヒノ山内 ☎0823-33-0608



- 【設置器具】 ● ランニングマシン ● エアロバイク ● マッサージローラー ● 体重計 ● 血圧計

利用時間	9:00～21:00(受付19:00)	利用料金	
定休日	月曜日 ※月曜日が祝日の場合その翌日	1人1回	100円

ホームページにて最新情報発信中!

チェックして
みてください!

<http://sports-kure.com>

呉市体育振興財団

検索

トータルインテリア設計施工

有限会社 道平内装

〒737-0161 広島県呉市郷原町5755-2
TEL 0823-77-0326 FAX 0823-77-2326

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・維持管理◆指定管理業務◆造園工事・お庭管理センター◆スポーツ用品販売

本社/〒730-0826 広島市中区南吉島1丁目2番37号 TEL082-545-2630 FAX082-545-2640
山口営業所/〒754-0002 山口市小郡下郷1437番地4-201 TEL083-973-2036 FAX083-973-8008
<http://www.unisas.co.jp>

付加価値を創造し、さらなる感動の創出へ

 **HARAPLEX**
株式会社ハラプレクス

<https://www.haraplex.co.jp>

本社/〒799-1594 愛媛県今治市喜田村1丁目2-1 東京支店/大阪支店/松山支店/新居浜営業所/広島営業所

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。
☎737-0818 呉市二河町1-8(スポーツ会館内) TEL(0823)22-1264
ホームページ<http://sports-kure.com/> E-mail kspf@rio.odn.ne.jp

発行・編集:(公財)呉市体育振興財団