

令和6年度 スポーツ教室のご案内

◆ ◆ ◆ スポーツ教室 ◆ ◆ ◆

教室名	日程	曜日	時間	会場	参加料	定員
ヨガ	7/5.12.19 8/2.9.23 9/6.13	金	10:00~10:50	市民体育館 剣道場	4,000円	20人
ピラティス	7/9.16.23.30 8/20.27 9/3.10	火	10:00~11:00	市民体育館 剣道場	4,000円	20人
卓球（初級）	7/2.9.16.23 9/3.10.17.24	火	14:00~15:30	市民体育館 多目的練習場	4,000円	10人
卓球（中～上級）	7/4.11.18.25 9/5.12.19.26	木	19:30~21:00	市民体育館 多目的練習場	4,000円	10人

※ヨガ教室については、ヨガブロックをご持参ください。（一部貸出あります。）

《 申 込 方 法 》

- ・申込開始は、6月15日（土）午前9時からです。
 - ・市民体育館窓口で、所定の申込用紙に必要事項を記入し、参加料を添えてお申込みください。（各教室とも定員になり次第締め切らせていただきます。）
- ※申込開始日は大変混雑が予想されます。前回と同様に申込開始日については、お1人様1種目の申込みとさせていただきます。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

◆ ◆ ◆ 体 験 会 ◆ ◆ ◆

教室名	日程	曜日	時間	会場	参加料	対象
卓球体験会	7/4.11.18.25 8/1.8.22.29 9/5.12.19.26	木	18:00~21:00	市民体育館 アリーナ	500円 （卓球台1台 当たり）	小学生 以上
	7/5.12.19.26 8/2.9.23.30 9/6.13.27	金	13:30~16:30	市民体育館 多目的練習場		

※2人以上でお申込みください。 ※小学生は保護者同伴で参加してください。

◆ ◆ ◆ トレーニング講習会 ◆ ◆ ◆

内 容：トレーニング機器の使用方法についての講習会

申込方法：随時（予約制）

参加を希望される方は、市民体育館（25-1630）までお問い合わせください。

公益財団法人宮津市民実践活動センター公式LINE@アカウント 友達募集中



友達登録いただくと、スポーツ教室の募集案内、日程変更等
お知らせします！

その他には、当センター事業、コンサート、みやづシネマ劇場、カルチャー教室ほか、
また、各管理施設でのイベント情報等を配信します。

ぜひ、お友達登録をお願いします。

【LINE登録方法】

右のQRコードでLINEの友だちを追加

または、スマホLINEアプリ「ホーム」「友達追加+」

「検索」ID@900pjoqxから登録ができます。

公式ホームページ <https://miyazu-jissen.com>

