

令和4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	10/7.14 11/4.11.18.25 12/2.9	金	10:00～10:50	市民体育館 剣道場	2,800円	20人
ピラティス	10/4.11.18.25 11/8.15.22.29 12/6.13	火	10:00～11:00	市民体育館 剣道場	3,500円	20人
卓球（基礎）	10/7.28 11/11.18.25 12/2	金	14:00～15:30	市民体育館 多目的練習場	2,100円	5人
卓球（初級）	10/4.11.18.25 11/1.8.15.22.29 12/6	火	14:00～15:30	市民体育館 多目的練習場	3,500円	10人
	10/5.12.19.26 11/2.16.30 12/7	水	14:00～16:00	市民体育館 多目的練習場	2,800円	10人
卓球（中級）	10/7.28 11/11.18.25 12/2.9.16	金	14:00～15:30	市民体育館 多目的練習場	2,800円	10人
卓球（中～上級）	10/6.20.27 11/10.17.24 12/1.8	木	19:30～21:00	市民体育館 多目的練習場	2,800円	10人

《 申 込 方 法 》

- ・ 申込開始は、9月24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。）

新型コロナウイルス感染拡大防止のためのお願い

- ・ 過去2週間以内に発熱や風邪の症状（くしゃみや咳が出る）があった方は参加できません。
- ・ 当日37.5度以上の熱がある方の参加はできません。
- ・ 休憩時間等はマスクを着用してください。
- ・ 手指消毒を行ってください。

◆ ◆ ◆ 体 験 会 ◆ ◆ ◆

教室名	日程	曜日	時間	会場	参加料	対象
卓球体験会	10/6 11/10.17 12/1.8.15	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

※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>

