

# スポーツライフ&サポート

香川県立武道館 広報誌  
No.63 2017年7月号



平成29年度香川県(高松市)  
地域社会合気道指導者研修会

指定管理者「四電工・シンコースポーツグループ」

●7月の行事予定

開催日	大会	時間	主催
7/1(土)	香川県剣道合同稽古会	9:00~13:00	香川県剣道連盟
7/8(土)	高松市中学校総合体育大会柔道競技	8:00~17:00	高松市教育委員会
7/9(日)	日本空手協会 香川県大会	8:00~17:00	高松市空手道連盟
7/15(土)	高松柔道強化練習	9:00~13:00	高松柔道協会
7/16(日)・ 7/26(水)~7/28(金)	香川県柔道連盟強化練習	8:00~17:00	香川県柔道連盟
7/17(月)	なぎなたジュニア強化練習会	9:00~17:00	香川県なぎなた連盟
7/29(土)・7/30(日)	香川県中学校柔道強化練習	8:00~17:00	香川県柔道連盟

●土用げいこ

種目	期間	対象	定員	時間	講師
柔道	7/10.11.12.13.14	小学生以上 (初心者・経験者)	70名	少年 18:00~19:00 一般 19:00~20:00	松本 澄夫 先生
剣道	7/18.19.20.21.22	小学生以上 (初心者・経験者)	70名	少年 18:00~19:00 (22日) 17:30~18:30 一般 19:00~20:00 (22日) 19:30~20:30	北條 一弘 先生
弓道	7/3.4.5.6.7	中学生以上(経験者)	30名	18:00~20:00	津郷 尚則 先生
空手道	7/10.11.12.13.14	小学生以上 (初心者・経験者)	30名	18:00~20:00	崎山 幸一 先生
合気道	7/20.21.22	小学生以上(経験者)	70名	(21日, 22日) 18:00~20:00 (23日) 15:00~17:00	西原 浩 先生
なぎなた	8/1.2.3	小学生以上(経験者)	30名	10:00~12:00	中 緑 先生

7月のスポーツ教室・講座

開催日	教室名等	曜日	時間	料金	講師
3, 10, 24, 31	生活筋力向上ゆっくりプログラム (介護予防)	月曜日	10:00~11:00	1,760円/月	田淵 裕二
3, 10, 24, 31	シェイプアップ&親子ダンス		11:15~12:15	2,480円/月	YUKA.
3, 10, 24, 31	リラックスヨガ(月曜コース)		13:00~14:00	2,200円/月	林 ゆう子
4, 11, 18, 25	生活筋力向上ゆっくりプログラム (生活習慣病予防運動)	火曜日	10:00~11:00	1,760円/月	藤田 洋一
4, 11, 18, 25	足底からのキレイやせ運動		11:30~12:30	2,880円/月	藤田 摩理
4, 11, 18, 25	リラクシング I		13:00~14:00	2,200円/月	藤田 洋一
4, 11, 18, 25	機能改善エクササイズ		15:30~16:30	2,880円/月	藤田 摩理
5, 12, 19	いきいき元気体操	水曜日	9:00~10:00	1,150円/月	田淵 裕二
5, 12, 19	いきいき体操&ストレッチ		10:15~11:15	1,150円/月	田淵 裕二
5, 12	ビューティピラティス		13:00~14:00	1,440円/月	藤田 摩理
5, 12	チェアエクササイズ		14:15~15:15	1,440円/月	藤田 摩理
5, 12	リラックス整体		15:30~16:30	880円/月	田淵 裕二
6, 13, 20	リラックスヨガ(木曜コース)	木曜日	10:00~11:00	1,650円/月	海江田 薫
6, 13, 20	リトミック(1・2歳)		11:15~12:15	2,470円/月	成瀬 由香
6, 13, 20	大人のためのストレッチ (筋膜リリース)		13:00~14:00	2,160円/月	藤田 摩理
6, 13, 20	シェイプエクササイズ&ピラティス		14:15~15:15	2,160円/月	藤田 摩理
7, 14	ラジヨガ健康体操	金曜日	9:45~10:45	1,100円/月	林 ゆう子
7, 14	リラックスヨガ(金曜コース)		11:00~12:00	1,100円/月	林 ゆう子
7, 14, 21	書道教室		13:00~14:30	1,230円/月	安田 幾栄
7, 14, 21	やさしいピラティス		15:00~16:00	2,160円/月	藤田 摩理

交通機関のお知らせ・お問い合わせ

- ことでんバス朝日町線  
「県立武道館」下車徒歩1分
- まちなかループバス  
「高松けいりん場」下車徒歩1分
- 香川県立武道館  
TEL 087-821-5125  
〒760-0066  
高松市福岡町1-5-5
- ホームページ  
<http://www.taikukan.jp>



武道館個人利用料金

■定期券

●一般		●生徒&高齢者	
1ヶ月	490円	1ヶ月	370円
3ヶ月	1,230円	3ヶ月	920円

■1回券

●一般	80円
●生徒&高齢者	60円
●身障者	障害者手帳提示で無料
●弓道具	80円