

# スポーツライフ&サポート

香川県立武道館 広報誌  
No.86 2019年6月号



国体剣道成年女子・男子香川県予選会

指定管理者「四電工・シンコースポーツグループ」

● 6月の行事予定

開催日	大会	時間	主催
6/1(土) ~6/2(日)	香川県高等学校総合体育大会(柔道競技)	(6/1) 8:00~21:00 (6/2) 8:00~17:00	香川県高等学校体育連盟
6/8(土) ~6/9(日)	令和元年度香川県(高松市)地域社会合気道指導者研修会	9:00~17:00	(公財)日本武道館
6/9(日)	第30回大学弓道選手権大会	8:00~17:00	香川県弓道連盟
6/14(金)	四国高校選手権大会柔道競技練習会場	13:00~17:00	香川県高等学校体育連盟
6/15(土)	香川県剣道連盟合同稽古会	9:00~13:00	香川県剣道連盟
6/22(土)	全国小学生学年別柔道大会香川県予選	8:00~17:00	香川県柔道連盟
6/23(日)	香川県下社会人柔道大会 香川県下高段者大会・「形」予備審査	8:00~17:00	香川県柔道連盟
6/29(土)	高松市剣道級位審査会「中学生以上」前期	8:00~17:00	高松市剣道連盟

● 各連盟個人練習一覧

	剣道場	柔道場	弓道場
月	個人練習日	個人練習日	個人練習日
火	剣道	柔道	弓道
水	なぎなた	柔道	弓道
木	剣道	合気道	弓道
金	居合道	柔道	弓道
土	剣道	合気道	弓道

練習時間	剣道平日	17:30~20:00
	剣道土曜	16:00~19:30
	柔道	18:00~20:00
	居合道	18:00~20:00
	合気道	17:00~21:00
	なぎなた	17:30~20:00

●6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
10, 24	生活筋力向上®ゆっくりプログラム (すこやかキッズ体操)	月曜日	9:00~9:45	330円/回	田淵 裕二
3, 10, 17, 24	生活筋力向上®ゆっくりプログラム (介護予防)		10:00~11:00	1,760円/月	田淵 裕二
3, 10, 17, 24	ゆっくりエクササイズ&ストレッチ		11:15~12:15	1,760円/月	田淵 裕二
3, 10, 17, 24	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	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	1,320円/月	藤田 洋一
4, 11	火曜日の健康づくり教室		11:15~12:15	500円/1回	藤田 洋一
4, 11	リラクシング I		13:00~14:00	1,100円/月	藤田 洋一
4, 11, 18, 25	機能改善脳トレ運動		15:30~16:30	2,880円/月	藤田 摩理
5, 12, 19, 26	いきいき元気体操	水曜日	9:00~10:00	1,540円/月	田淵 裕二
5, 12, 19, 26	いきいき元気体操&ストレッチ		10:15~11:15	1,540円/月	田淵 裕二
5, 12, 19, 26	姿勢改善ピラティス		13:00~14:00	2,880円/月	藤田 摩理
5, 12, 19, 26	機能改善チェア運動		14:15~15:15	2,880円/月	藤田 摩理
5, 12, 19, 26	リラックス整体		15:30~16:30	1,760円/月	田淵 裕二
6, 13, 20, 27	リラックスヨガ (木曜コース)	木曜日	10:00~11:00	2,200円/月	林 ゆう子
6, 13, 20, 27	リトミック (1・2歳)		11:15~12:00	3,300円/月	成瀬 由香
6, 13, 20, 27	大人のためのストレッチ (筋膜リリース)		13:00~14:00	2,880円/月	藤田 摩理
6, 13, 20, 27	シェイプエクササイズ&ピラティス		14:15~15:15	2,880円/月	藤田 摩理
7, 14, 21, 28	朝ヨガ	金曜日	9:45~10:45	2,200円/月	林 ゆう子
7, 14, 21, 28	リラックスヨガ (金曜コース)		11:00~12:00	2,200円/月	林 ゆう子
7, 14, 21, 28	書道教室		13:00~14:30	1,640円/月	安田 幾栄
7, 14, 21, 28	金曜日の健康づくり教室		15:00~16:00	500円/1回	藤田 洋一

交通機関のお知らせ・お問い合わせ



- ことடன்バス朝日町線「県立武道館」下車徒歩1分
- まちなかレープバス「高松けいりん場」下車徒歩1分

InBody測定体験会

体組成計を使用し、  
体の細かな筋肉量や  
脂肪量を測定し評価します。

【日時】  
6月25日  
10:00~14:00

【料金】  
1回 500円

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

香川県立武道館

〒760-0066 高松市福岡町1-5-5

TEL.087-821-5125

FAX.087-802-3118

〈ホームページ〉http://www.talikukan.jp/