

スポーツライフ&サポート

香川県立武道館 広報誌
No.88 2019年8月号



香川県高等学校総合体育大会
(柔道競技)

指定管理者「四電工・シンコースポーツグループ」

●8月の行事予定

開催日	大会	時間	主催
8/3(土)・8/4(日) 8/6(火)・8/7(水)	香川県柔道強化練習	9:00~17:00	香川県柔道連盟
8/5(月)	高松商業高校柔道部	9:00~17:00	高松商業高校
8/8(木)・8/9(金)	香川県警逮捕術特練	9:00~17:00	香川県警察
8/20(火)~8/22(木)	神戸市外国語大学剣道部	(20日) 13:00~17:00	神戸市外国語大学
		(21日) 9:00~17:00	
		(22日) 9:00~13:00	
8/24(土)	香川県少年剣道強化練習	8:00~13:00	香川県剣道連盟
8/31(土)	なぎなたジュニア強化練習会	13:00~17:00	香川県なぎなた連盟

●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

●8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
全8回開催中	健康増進プログラム	月曜日	9:00~10:00	次回10月募集	篠原 慶太
26	【夏季特別】生活筋力向上⑧ゆっくりプログラム(介護予防)		10:15~11:15	400円/1回	田淵 裕二
26	【夏季特別】ゆっくりエクササイズ&ストレッチ		11:30~12:30	400円/1回	田淵 裕二
休講	リラクソヨガ(月曜コース)				林 ゆう子
27	火曜日の夏期健康特別講座	火曜日	10:00~11:00	500円/1回	藤田 洋一
休講	生活筋力向上⑧ゆっくりプログラム(生活習慣病予防運動)				藤田 洋一
休講	リラクシング I				藤田 洋一
6, 20, 27	機能改善脳トレ運動		15:30~16:30	2,160円/月	藤田 摩理
28	【夏季特別】いきいき元気体操	水曜日	9:00~10:00	400円/1回	田淵 裕二
28	【夏季特別】いきいき元気体操&ストレッチ		10:15~11:15	400円/1回	田淵 裕二
7, 21, 28	姿勢改善ピラティス		13:00~14:00	2,160円/月	藤田 摩理
7, 21, 28	機能改善チェア運動		14:15~15:15	2,160円/月	藤田 摩理
休講	リラクソ整体				田淵 裕二
休講	リラクソヨガ(木曜コース)				林 ゆう子
休講	リトミック(1・2歳)	木曜日			成瀬 由香
1, 22, 29	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
1, 22, 29	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
30	【夏季特別】朝ヨガ		9:45~10:45	500円/1回	林 ゆう子
休講	リラクソヨガ(金曜コース)	金曜日			林 ゆう子
2, 23, 30	書道教室		13:00~14:30	1,230円/月	安田 幾栄
30	金曜日の夏季健康特別講座		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



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.talkukan.jp/>