



●7月の行事予定	開催日	大会	時間	主催
	7/ 6(土)	四国柔道「形」競技会	8：00～13：00	四国柔道連盟
	7/ 7(日)	ジュニア柔道四国地区予選	8：00～17：00	四国柔道連盟
	7/13(土)	香川県剣道合同稽古会	9：00～13：00	香川県剣道連盟
	7/14(日)	第11回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
	7/15(月)・7/21(日)	柔道指導者更新講習会	8：00～17：00	香川県柔道連盟
	7/20(土)	四国地区高段者柔道大会	8：00～13：00	四国柔道連盟
	7/24(水)・7/25(木)	なぎなたジュニア強化練習会	9：00～13：00	香川県なぎなた連盟
	7/27(土)・7/28(日)	香川県中学校柔道強化練習	8：00～17：00	香川県柔道連盟

●土用びいこ	種目	期間	対象	定員	時間	講師
	柔道	7/ 1. 2. 3. 4. 5	小学生以上 (初心者・経験者)	60名	少年 18:00～19:00 一般 19:00～20:00	松本 澄夫 先生
	剣道	7/23.24.25.26.27	小学生以上 (初心者・経験者)	60名	少年 18:00～19:00 (27日) 17:30～18:30 一般 19:00～20:00 (27日) 19:30～20:30	北條 一弘 先生
	弓道	7/ 1. 2. 3. 4. 5	中学生以上(経験者)	30名	18:00～20:00	津郷 尚則 先生
	空手道	7/ 1. 2. 3. 4. 5	小学生以上 (初心者・経験者)	30名	18:30～20:30	崎山 幸一 先生
	合気道	7/25.26.27	小学生以上(経験者)	60名	(25・26日) 小学生 18:00～19:15 一般 19:00～20:30 (27日) 小学生 17:00～18:15 一般 18:30～20:15	西原 浩 先生
	なぎなた	7/29.30.31	小学生以上(経験者)	30名	10:00～12:00	野崎 恵美 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
7/ 8, 22, 29 8/ 5, 19, 26 9/ 2, 9	健康増進プログラム	月曜日	9：00～10：00	4,000 円/ 全 8 回	篠原 慶太
1, 8, 22, 29	生活筋力向上®ゆっくりプログラム (介護予防)		10：15～11：15	1,760 円/月	田淵 裕二
1, 8, 22, 29	ゆっくりエクササイズ&ストレッチ		11：30～12：30	1,760 円/月	田淵 裕二
1, 8, 22, 29	リラックスヨガ（月曜コース）		13：00～14：00	2,200 円/月	林 ゆう子
2, 9, 16, 23	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
2, 9, 16, 23	火曜日の健康づくり教室		11：15～12：15	500 円/1 回	藤田 洋一
2, 9, 16, 23	リラクシング I		13：00～14：00	2,200 円/月	藤田 洋一
2, 9, 16, 30	機能改善脳トレ運動		15：30～16：30	2,880 円/月	藤田 摩理
3, 10, 17, 24	いきいき元気体操	水曜日	9：00～10：00	1,540 円/月	田淵 裕二
3, 10, 17, 24	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
3, 10, 17, 24	姿勢改善ピラティス		13：00～14：00	2,880 円/月	藤田 摩理
3, 10, 17, 24	機能改善チェア運動		14：15～15：15	2,880 円/月	藤田 摩理
3, 10, 17, 24	リラックス整体		15：30～16：30	1,760 円/月	田淵 裕二
4, 11, 18, 25	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
4, 11, 18, 25	リトミック（1・2 歳）		11：15～12：00	3,300 円/月	成瀬 由香
4, 11, 25	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
4, 11, 25	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
5, 12, 19, 26	朝ヨガ	金曜日	9：45～10：45	2,200 円/月	林 ゆう子
5, 12, 19, 26	リラックスヨガ（金曜コース）		11：00～12：00	2,200 円/月	林 ゆう子
5, 12, 19, 26	書道教室		13：00～14：30	1,640 円/月	安田 幾栄
5, 12, 19, 26	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

〒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.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