



## 令和4年度 愛媛県総合運動公園 後期（1月～3月）スポーツ教室参加者募集のお知らせ



- 【ここが安心】
- 1 専門の講師が親切・丁寧に御指導します！
  - 2 アットホームで楽しい！仲間もすぐできます！
  - 3 教室1回につき¥500！ワンコインで参加できます！
  - 4 回数は各教室 9回～12回開講予定です！

### 昼間のスポーツ教室

#### 【午前の教室】

教室名/開催曜日	曜日	時間	実施期間	指導者	回数	定員
初級テニス（火曜午前コース）※1	火曜日	10:00 ～ 12:00	1月10日～3月14日	愛媛県テニス協会 指導員 西田理恵、井手ひとみ、阪口 優大	10	40
初級テニス（水曜午前コース）※1	水曜日		1月11日～3月15日		10	
初級テニス（木曜午前コース）※1	木曜日		1月12日～3月16日		9	
バドミントン（午前コース）	水曜日	10:00 ～ 11:30	1月11日～3月15日	愛媛県バドミントン協会 指導員 新名静夫	10	30
レクリエーションバレーボール	木曜日		1月12日～3月16日	（公財）愛媛県スポーツ振興事業団 指導員	8	30
フラダンス（午前コース）	月曜日	10:00 ～ 11:30	1月16日～3月20日	フラ インストラクター 白石皇恵	10	20
ZUMBA®（午前コース）	月曜日		1月16日～3月20日	ZUMBA® インストラクター MARIKO	10	40
筋トレ&リラクゼーションストレッチ	火曜日		1月10日～3月14日	ZUMBA® インストラクター MARIKO	10	20
えひめ愛ヨーガ	火曜日		1月10日～3月14日	愛媛ヨーガ協会 教授 鈴木泉・園田友子	10	12
ピラティス	水曜日		1月11日～3月15日	愛媛県エアロビクスフィットネス協会 インストラクター 小野愛	9	20
はじめての太極拳	木曜日		1月12日～3月16日	尚武太極拳研究会 指導員 濱田佳代子	8	20

#### 【午後の教室】

教室名/開催曜日	曜日	時間	実施期間	指導者	回数	定員
初級テニス（火曜午後コース）※1	火曜日	13:00 ～ 15:00	1月10日～3月14日	愛媛県テニス協会 指導員 西田理恵	10	30
初級テニス（木曜午後コース）※1	木曜日		1月12日～3月16日	愛媛県テニス協会 指導員 井手ひとみ	9	
卓球（午後コース）※1	月曜日	13:30 ～ 15:30	1月16日～3月20日	愛媛県卓球協会 指導員 和田昇	10	30
ラケットテニス	水曜日		1月11日～3月15日	（公財）愛媛県スポーツ振興事業団 指導員	9	20
リズム体操&ストレッチ	月曜日	14:00 ～ 15:30	1月16日～3月20日	愛媛県エアロビクスフィットネス協会 インストラクター 徳森美奈子	8	20
フラダンス（午後コース）	木曜日	13:30 ～ 15:00	1月12日～3月16日	フラ インストラクター 福山徳代	9	20

### 夜間のスポーツ教室

教室名/開催曜日	曜日	時間	実施期間	指導者	回数	定員
初級テニス（月曜夜間コース）※1	月曜日	19:00 ～ 21:00	1月16日～3月20日	愛媛県テニス協会 指導員 二宮美保 （公財）愛媛県スポーツ振興事業団指導員	10	30
初級テニス（水曜夜間コース）※1	水曜日		1月11日～3月15日		10	30
バドミントン（夜間コース）※1	月曜日 <small>小学4年生から参加可</small>		1月16日～3月20日		愛媛県バドミントン協会 指導員 善家光子・上田真知子	10
卓球（夜間コース）※1	水曜日 <small>小学4年生から参加可</small>	19:00 ～ 20:30	1月11日～3月15日	愛媛県卓球協会 指導員 石丸信悟・和田昇	10	40
シェイプアップエアロビクス	月曜日		1月16日～3月20日	愛媛県エアロビクスフィットネス協会 インストラクター 西田順子	10	20
ZUMBA®（夜間コース）	金曜日		1月13日～3月17日	ZUMBA® インストラクター MARIKO	6	20
リフレッシュヨガ		1月13日～3月17日	インストラクター 高本和歌子	6	12	

※1 ラケットをご持参ください。

※2 内容は、都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

※3 テニス教室は、雨天時、体育館で実施いたします。上履きをご準備ください。

（雨天時中止となる場合もございます。）

※4 新型コロナウイルス感染症の予防・拡大防止のため、内容を変更・中止する場合があります。