

期日	大会名	主催	開会式(競技開始)時間	使用施設名
7日(金)	スポーツ教室コラボ企画 JPOP×キッズバランスボール	坂井市スポーツ協会	17:00~18:10	春江B&G海洋センター
【坂井市スポーツ協会教室開催日一覧】				
3、10、17 24、31日 毎週月曜日	動けるからだ教室	一般対象のストレッチや ヨガを取り入れた健康体 操教室	10:30~11:30	春江B&G海洋センター 第2競技場
	きッズ☆だんす教室	幼児対象の楽しく踊って 運動の楽しさを学べる教 室	16:30~17:20	
	J-POPダンス教室	キッズ対象のJ-POPのリ ズムに合わせて楽しくダ ンスを学べる教室	17:30~18:20	
4、11、18、25日 毎週火曜日	ジュニアダンススクール	K-POPの音楽に合わせ て楽しくダンスを学べる 教室	17:30~18:20	
5、12、19、26日 毎週水曜日	パンチ&エアロ教室	一般対象のエアロビクス のステップに、格闘技の パンチ動作をいれた教室	19:30~20:30	
13、27日 毎月第2、第4 木曜日	親子であそぼう教室	親子で一緒に体を動か す事によりスキンシップ を図れる教室	10:00~11:00	
7、14、21、28日 毎週金曜日	楽しくバランスボール	バランスボールを使用した 筋トレで、体幹強化や腰痛 予防に効果的な教室	10:00~11:00	
	キッズバランスボール	音楽に合わせて楽しみな がら姿勢改善や体幹、バラ ンス能力アップを目的とし た教室	17:00~17:50	
	ZUMBA教室	一般対象のダンスとエア ロビクスを組み合わせた フィットネス教室	19:30~20:30	
1、8、15、22、29日 毎週土曜日	土曜午後のヨガ教室	一般対象のヨガを通して 柔軟性や基礎代謝を向 上に繋げる教室	14:00~14:50	

※スケジュールは一部変更となる場合がありますので、予めご了承ください。

※詳しくは 春江体育館 0776-51-4242にお問合せください。