

三国町体育施設月間大会等スケジュール

(12月)

期日	大会名	主催名	時間	使用施設名
12月29日(日)～1月3日(金)年末年始坂井市内全施設閉館 1月4日(土)9時00分開館 ※2月分受付開始1月6日(月)9時00分から				
1日(日)	リレーショントリプルゲートボール大会	三国町ゲートボール協会	9:00～14:00	三国運動公園 ゲートボール場
	春江オープンバドミントン大会	春江町バドミントン協会	9:00～18:00	三国体育館 第1競技場
7日(土)	坂井地区子ども会ディスクドッチ大会	坂井地区子ども会育成連絡協議会	9:00～14:00	三国体育館 第1・2競技場
8日(日)	スポーツ能力測定会	(公財)坂井市スポーツ協会	9:00～18:00	三国体育館 第1・2競技場
	スポーツ教室無料体験会	(公財)坂井市スポーツ協会	9:00～13:00	三国体育館 第2トレーニング室
12日(木)	シルバーソフトバレーいきいき交流会	坂井市シルバーソフトバレー連盟	9:00～14:00	三国体育館 第1競技場
14日(土)	坂井地区剣道練成会	坂井地区剣道協会	9:00～13:00	三国体育館 第1競技場
15日(日)	第4回坂井市オープン卓球ダブルス大会	坂井市卓球協会	9:00～20:00	三国体育館 第1競技場
21日(土)	第41回坂井地区 小学生親善バレーボール大会	坂井地区小学生バレーボール連盟	9:00～18:00	三国体育館 第1・2競技場
22日(日)	親子レクリエーション大会 (フットサル)	三国町サッカー協会	9:00～18:00	三国体育館 第1競技場
27日(金)	バドミントン大会	YK2	9:00～19:00	三国体育館 第1・2競技場

【坂井市スポーツ協会教室開催日一覧】

日程	教室名	内容	時間	会場
2、9、16、23日 毎週月曜日	バレエで筋トレ バレトン教室	【一般対象】 バレエとヨガを融合し骨盤矯正や ヒップアップを目指した教室。	13:30～14:30	三国運動公園 健康管理センター 多目的ホール
3、10、17、24日 毎週火曜日	癒しのリラックスヨガ	【一般対象】 ヨガが初めての方でも安心して 始められるやさしいヨガ教室。	19:30～20:30	三国体育館 講義室
3、10、17、24日 毎週火曜日	美姿勢ダイエット	【一般対象】 姿勢改善を目的に、体幹や筋力を鍛 えるエクササイズ教室。	13:30～14:30	三国体育館 第2トレーニング室
4、11、18、25日 毎週水曜日	からだ整うピラティス	【一般対象】 固まった筋肉をボール使ってほぐし、 老廃物流し心身ともに整える教室。	10:30～11:30	三国体育館 第2トレーニング室
5、12、19、26日 毎週木曜日	ZUMBA教室	【一般対象】 ラテン音楽を取り入れた ダンスフィットネス教室。	19:30～20:20	三国体育館 第2トレーニング室
5、12、19、26日 毎週木曜日	ヨガ教室	【一般対象】 ヨガを通して柔軟性や基礎代謝を 向上に繋げる教室。	13:30～14:30	三国運動公園 健康管理センター 多目的ホール
6、13、20日 毎週金曜日	朝活エアロ	【一般対象】 シンプルな動作で全身をリズムカルに 動かす教室。	9:30～10:30	三国体育館 第2トレーニング室
6、13、20日 毎週金曜日	キッズダンススクール三国	【小1～3年生】 人気の曲で楽しく、可愛く、かっこよく 踊り、リズム感覚や柔軟性を養う教室。	17:00～17:50	三国体育館 第2トレーニング室
6、13、20日 毎週金曜日	ストロングネーション	【一般対象】 パンチ、キック、スクワット、ステップなどの 動きを取り入れたエクササイズ教室。	19:30～20:30	三国体育館 第2トレーニング室
7、14、21日 毎週土曜日	TRX教室	【一般対象】 ゴムベルトを使用した話題のTRXを通 して、柔軟性や体幹を鍛える教室。	10:00～11:00	三国体育館 第2トレーニング室
25日(水)・26日(木)	こそれん教室	【小1～3年生】 マット・跳び箱・鉄棒の器械体操を中 心とした冬休み限定の特別教室。	10:00～10:50	三国運動公園 健康管理センター 多目的ホール