

三国町体育施設月間大会等スケジュール

( 3月 )

期日	大会名	主催名	時間	使用施設名
2日(日)	第25回三国オープン バウンドテニス交流大会	三国町バウンドテニス協会	9:00~18:00	三国体育館 第1競技場
8日(土)	坂井地区剣道練成会	坂井地区剣道連盟	9:00~13:00	三国体育館 第1競技場
8日(土)、15日(土)	東尋坊カップ(サッカー)	三国町サッカー協会	9:00~18:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
9日(日)	第46回三国町小学生バドミントン大会 三国町バドミントン協会長杯	三国町バドミントン協会	9:00~17:00	三国体育館 第1競技場
16日(日)	福井県社会人クラブバドミントン大会	福井県社会人クラブ バドミントン連盟	9:00~17:00	三国体育館 第1競技場
22日(土)23日(日)	三国Challenge Cup Spring (ソフトテニス)	三国町ソフトテニス協会	9:00~18:00	三国運動公園 テニス場
29日(土)30日(日)	新緑杯(サッカー)	三国町サッカー協会	9:00~18:00	三国運動公園 人工芝グラウンド

【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
3、10、17、24、31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	三国体育館 第2トレーニング室
4、11、18、25日 毎週火曜日	健康体操教室	【一般対象】 ストレッチや簡単な体操など 誰でも気軽に参加できる教室。	10:00~11:15	三国体育館 第2トレーニング室
4、11、18、25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
4、11、18、25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
5、12、19、26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
6、13、27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
6、13、27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
7、14、21、28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ミカルに 動かす教室。	9:30~10:30	三国体育館 第2トレーニング室
7、14、21、28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
7、14、21、28日 毎週金曜日	パンチ&エアロ教室	【一般対象】 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	三国体育館 第2トレーニング室
1、8、15、22、29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