

## 令和2年度 島根県立武道館「前期」スポーツ教室要項

1. 目的 武道をはじめとする各種スポーツの普及振興、健康づくりや体力の向上及び仲間づくりを目的に開催します。
2. 主催 公益財団法人島根県体育協会
3. 主管 島根県立武道館
4. 指導者 島根県立武道館職員 島根県立武道館委託講師
5. 開設期間 令和2年4月11日(土)～令和2年9月19日(土)
6. 開講日 各教室の開始日
7. 受付期間 キッズ体育教室：令和2年3月20日(金)13:00～  
その他教室：令和2年3月20日(金)14:00～  
※定員になり次第締め切ります。
8. 申込先 島根県立武道館 松江市内中原町52番地
9. 申込方法 所定の用紙に必要な事項を記入し、参加料と一緒に持参してください。なお、受付開始時に定員を超える希望者があった場合は抽選とし、申込者(代理人含む)1名につき1件の申込みとします。(当選権利を第三者に譲渡することはできません)。また、電話・メール等での受付は一切できませんのでご了承ください。



10. 参加料
- |              |               |
|--------------|---------------|
| 幼児/小・中・高校生   | 2,500円(週1回課程) |
| 幼児/小・中・高校生   | 4,000円(週2回課程) |
| 大学生          | 4,200円(週1回課程) |
| 一般           | 5,200円(週1回課程) |
| 短期相撲教室       | 1,000円(計7回課程) |
| 短期ジュニアスポーツ教室 | 1,000円(計8回課程) |



※複数の教室をお申込みの場合は、二つ目から2割引になります。料金に差がある場合は低額の教室に適用します。

11. 保険料 スポーツ安全保険に加入していただきます。

- |            |        |
|------------|--------|
| 幼児・小学生・中学生 | 800円   |
| 高校生・大学生・一般 | 1,850円 |
| 満65歳以上の方   | 1,200円 |



※概要については、スポーツ安全保険のしおりをご覧ください。

なお、当年度、県立水泳プール、県立体育館、県立石見武道館、県立サッカー場においてスポーツ教室に参加し、スポーツ安全保険に加入している場合は不要です。

12. その他
- 1) 教室受講に必要なものは、各自で準備してください。(剣道、弓道、なぎなたの用具については、初心者用に貸出し用があります。)
  - 2) 実施予定表に基づき、週1回課程は17回、週2回課程は34回開催しますが、講師の都合等により開催日の変更、また、開催回数が減る場合がありますのでご了承ください。
  - 3) 原則として、教室開始後の参加料返金はいたしません。
  - 4) 参加者が少ない教室は中止することがあります。その場合は、お預かりした参加料は返金いたしません。
  - 5) 教室に関する詳細は、県立武道館22-5711にお問い合わせください。  
※曜日・時間等の詳細は裏面をご覧ください。



## ◎ 武 道 ・ スポ ー ツ コ ー ス

: 週 2 回 課 程

教室名	募集対象(課程)		募集	曜日	時間	開講日	内容
柔 道	幼児(年長)・ 小学生	初級(未経験)	20名	火・木	18:00~19:00	4/14	「礼に始まり礼に終わる」身体と心を鍛えましょう。
		中級・上級	20名				
	中学生・高校生		20名	火 木	19:10~20:10	4/16	技術・体力の向上を目指します。段位が取得できます。
	一般・大学生		10名 10名				
剣 道	幼児(年長)・ 小学生	初級(未経験)	20名	水・金	18:00~19:00	4/15	礼儀作法が身につきます。日本の伝統文化を学びましょう。
		中級・上級	20名				
	中学生・高校生		20名	水 金	19:10~20:10	4/24	剣道の奥深さ、文化性を理解しながらいつまでも楽しく鍛錬しましょう。
	一般・大学生		10名 10名				
弓 道	中学生以上	未経験者・経験者	10名	火	18:30~19:30	4/14	弓道は、中学生から高齢者まで年齢を問わず楽しめる武道です。心身ともに鍛錬することができます。弓道の奥深き魅力を体験してみませんか。 ※開・閉講式も含め、教室の全日程を弓道場で行います。(弓道場:松江市学園1-5-5)
	一般	未経験者・経験者	10名	水	13:30~14:30	4/15	
	高校生以上	経験者	10名		18:30~19:30		
	大学生・一般	未経験者・経験者	15名	土	9:15~10:15	4/11	
	中学生・高校生	未経験者・経験者	15名		10:25~11:25		
	大学生・一般	経験者	15名		11:35~12:35		
レスリング	幼児・小学生 中学生	初級(未経験)	10名	水・金	18:30~19:30	4/17	マット・基礎トレーニングを中心に運動能力を高めます。
		中級・上級	25名				
なぎなた	幼児(年長)以上		20名	木	18:00~19:00	4/16	日本古来の武道を通し、心と体を鍛え、仲間と楽しく稽古しましょう。
居合道	小学4年生以上		20名	木	19:10~20:10	4/16	見えない相手を仮想しての稽古は精神力と集中力を鍛えられます。
剣道形基本錬成	小学高学年以上		20名	土	15:00~16:00	4/11	形は心を練ることで、剣道が上達するほど理解できる奥深いものです。
短期相撲	小学生		10名	火~ 金	17:30~18:30	7/22	相撲を通して、心と体を鍛えます。 ※7/22~7/31開講予定(土・日・月除く)
短期ジュニアスポーツ	小学1~3年生		25名	火~ 金	14:00~15:00	7/28	武道・スポーツを通して運動能力の向上を目指します。 ※7/28~8/7開講予定(土・日・月除く)

## ◎ 健 康 ・ レ ク リ エ ー シ ョ ン コ ー ス

教室名	募集対象(課程)		募集	曜日	時間	開講日	内容
卓 球	一 般	午前コース	15名	木	10:00~11:30	4/16	初心者を対象に技術と体力向上に励んでみませんか。未経験者も大歓迎です。 さらに上の技術の習得を目指してみませんか。
		午後コース	15名		13:00~14:30		
		マスターコース	10名		14:40~15:40		
レッツ 健康ボクシング	小学生以上		15名	木	19:30~20:30	4/16	ボクシングの動きを取り入れたメタボ予防に適した運動と、ボクシングの基礎基本を取り入れたミット打ちを行います。
キ ャ ッ プ 体 育	幼児(年長)		20名	火	15:30~16:30	4/14	とび箱・ボール等を使い、遊びを取り入れながら運動し、身体を動かす楽しさを伝えます。
			20名	木		4/16	

HP : <http://budokan.shimane-sports.or.jp/>

検索 : 島根県立武道館