

# 平成29年度佐久市スポーツ教室（計画）

H29.04.01現在

佐久市教育委員会体育課の事業です。お問い合わせは体育課（62-2020）へ。広報佐久でも紹介されます。  
 教室内容や開催時期が変更になる場合がございます。最新情報は佐久市ホームページをご確認ください。  
[https://www.city.saku.nagano.jp/kyoiku/sports/taikai\\_kyoshitsu/sportukyousitu.html](https://www.city.saku.nagano.jp/kyoiku/sports/taikai_kyoshitsu/sportukyousitu.html)

	教室名	対象	月日	曜日	時間	回数	会場	参加料	定員	講師	広報掲載月
1	レスリング	5歳～小学6年生	4/15 ～ 6/17	土	14:00 ～ 16:00	10回	佐久市総合体育館	1,500円	20人	体協レスリング部	3月
2	空手	小学生～一般	4/13 ～ 6/29	木	18:00 ～ 19:30	10回	佐久市営武道館	大人1,500円 小人1,000円	40人	体協空手部	3月
3	ヨガ(昼間)	一般	4/20 ～ 8/17	隔週木	10:30 ～ 12:00	10回	佐久市総合体育館 (小体育室)	1,500円	40人	臼田 貴子先生	3月
4	ゴルフ	小学4年生～一般	5/10 ～ 6/9	水・金	19:00 ～ 21:00	10回	佐久平CC練習場	大人2,500円 小人1,500円	25人	体協ゴルフ部	4月
5	少林寺拳法	5歳～一般	5/9 ～ 6/9	火・金	19:00 ～ 21:00	10回	臼田武道館	1,000円	30人	体協少林寺拳法部	4月
6	卓球	小学生～一般	5/11 ～ 7/27	木	19:00 ～ 21:00	10回	佐久市総合体育館	大人2,500円 小人1,500円	30人	体協卓球部	4月
7	筋カトレーニング	一般	5/17 ～ 8/30	隔週水	10:00 ～ 11:30	10回	佐久市総合体育館 (小体育館・トレーニング室)	1,000円	30人	ブルーマリンスポーツクラブ小諸 岩下 一宏先生	4月
8	ジャズ体操	一般	6/12 ～ 8/28	月	19:00 ～ 20:30	10回	佐久総合体育館 (小体育室)	1,500円	30人	中島 和子先生	4月
9	硬式テニス(臼田)	一般 (中学生以上)	5/10 ～ 7/12	水	19:00 ～ 21:00	10回	臼田総合運動公園	2,500円	40人	体協テニス部	4月
10	弓道(佐久)	中学生～一般	5/19 ～ 7/21	金	19:00 ～ 21:00	10回	駒場公園弓道場	3,500円	20人	体協弓道部	4月
11	ダンススポーツ	小・中学生	9/3 ～ 10/22	日	9:30 ～ 11:00	8回	佐久市勤労者体育館	1,500円	40人	ながのアカデミア・ダンスさーくる	8月
12	太極拳	一般	6/14 ～ 8/23	水	19:00 ～ 21:00	10回	あいとびあ臼田	1,500円	40人	森泉 幸子先生	5月
13	ヨガ(夜間)	年齢制限なし	6/5 ～ 9/4	月	19:00 ～ 20:30	10回	あいとびあ臼田	大人1,500円 小人1,000円	30人	臼田 貴子先生	5月
14	水中運動	一般	6/20 ～ 7/21	火・金	10:00 ～ 11:20	10回	駒場公園プール	2,600円 プール代別	20人	スポーツ推進委員 井出 里美先生	5月
15	マレットゴルフ	一般	6/29 ～ 8/31	木	13:00 ～ 15:00	10回	駒場公園マレットゴルフ場	1,500円	40人	体協マレットゴルフ部	5月
16	新体操	小学生の女子	5/7 ～ 7/16	日	10:00 ～ 11:30	10回	佐久市勤労者体育館	3,000円	30人	ブルーミングRG	4月
17	弓道(臼田)	中学生～一般	7/ ～ 10/	土	14:00 ～ 16:00	10回	臼田弓道場	2,500円	20人	体協弓道部臼田支部	7月
18	ボールを使ったウォーキング	一般	8/ ～ 10/	水	10:00 ～ 12:00	10回	総合体育館他市内コース	1,000円	30人	佐久ボールウォーキング協会 佐久市スポーツ推進委員会	5月
19	軽スポーツ(多種目)	一般	8/ ～ 11/	月	10:00 ～ 11:30	10回	佐久市総合体育館	1,500円	40人	スポーツ推進委員	7月
20	ボウリング	一般	8/ ～ 10/	水	19:30 ～ 21:30	10回	ブラザボウル	2,500円 プレー・靴代別	30人	体協ボウリング部	7月
21	少年少女バドミントン	小・中学生	9/ ～ 11/	土	9:00 ～ 11:00	10回	野沢体育センター	1,500円	40人	体協バドミントン部	8月
22	バドミントン	一般	9/ ～ 11/	水	19:00 ～ 21:00	10回	佐久市総合体育館	2,500円	40人	体協バドミントン部	8月
23	ソフトテニス(室内)	18歳以上	1/11 ～ 3/	水	19:00 ～ 21:00	10回	佐久市総合体育館	2,500円	40人	体協ソフトテニス部	10月
24	硬式テニス(室内)	一般(高校生以上)	11/ ～ 1/	木	19:00 ～ 21:00	10回	佐久市総合体育館	2,500円	50人	体協テニス部	10月
25	ソフトボール(ピッチング)	小学生以上	11/19 ～ 1/	日	10:00 ～ 12:00 13:00 ～ 15:00	10回	浅科多目的屋内運動場	1,500円	20人	体協ソフトボール部	10月
26	少年少女スキー	小学3年生～中学生	1/ ・ 1/ ・ 1/	日	9:00 ～ 11:30	3回	佐久スキーガーデンパラダ	4,500円 リフト代別	40人	体協スキー部	12月
27	さわやかエアロピクス	年齢制限なし	4/18 ～ 6/27	火	19:30 ～ 20:30	10回	望月小学校体育館 春日体育館(6月)	大人2,500円 小人1,500円	30人	鈴木 清子先生	4月
28	フットサル	小・中学生	4/17 ～ 6/26	月	19:00 ～ 21:00	10回	望月総合体育館	1,000円	30人	菅沼 智博先生	4月
29	ソフトバレーボール	小学2年生以上	4/17 ～ 6/26	月	19:30 ～ 21:30	10回	望月総合体育館	1,000円	30人	篠原 一郎先生	4月
30	エンジョイウォーキング	年齢制限なし	4/27 ～ 9/14	隔週木	9:30 ～ 11:30	10回	望月総合体育館集合	1,000円	50人	岡部 聖子先生 佐藤 純子先生	4月
31	お楽しみバスケットボール	小学生以上	4/28 ～ 9/22	隔週金	20:00 ～ 21:30	10回	望月小学校体育館	1,000円	30人	須藤 博輝先生 土屋 幾雄先生	4月
32	ピンポン	小学生以上	4/22 ～ 9/23	隔週土	19:30 ～ 21:00	10回	望月総合体育館	1,000円	30人	佐藤 恵子先生	4月
33	ファミリースポーツ	親子ほか	4/22 ～ 9/23	隔週土	19:30 ～ 21:00	10回	望月総合体育館	大人1,000円 小人 500円	50人	有田 優喜先生 井出 正彦先生	4月
34	心と体を育むスポーツレクリエーション	小学生・保護者	2/9 ～ 3/9	木	19:00 ～ 20:30	5回	佐久市総合体育館 野沢体育センター	1,000円	50人	雨宮病院 リハビリテーション科スタッフ	1月