

# 平賀体育館イベント

- 各教室の参加者は動きやすい服装でお越しください。
- タオルや水分補給時の飲料水等は必要に応じて各自でご準備ください。
- 体育館イベントでは内履きが必要となります。
- マッスルアカデミー教室・親子バドミントン教室・親子体操教室・子ども体操教室は事前予約が必要となります。

## ★こちらの教室は予約制となります！

※ご予約・お問い合わせは平賀体育館へお願いいたします。  
定員になり次第、受付を終了とさせていただきます。

### マッスルアカデミー教室

有酸素運動と筋トレで効率良く筋肉をつけ、汗を流して心も体もスッキリ！！

対象 18歳以上(男女)  
定員 各時間7名  
受付 ①12:45～  
②14:15～  
教室 ①13:00～14:00  
②14:30～15:30



### 親子バドミントン教室

親子で楽しくバドミントンをプレイしよう！

対象 小学生のお子様と保護者  
定員 12組  
受付 14:45～  
時間 15:00～16:00

※ラケットをお持ちの方はご持参ください。貸し出しもしますが、数に限りがございます。



### 親子体操教室

お父さんやお母さんと一緒に楽しく体を動かそう！

対象 1～3歳のお子様と保護者  
定員 10組  
受付 9:45～  
時間 10:00～11:00

※保護者1名につきお子様の参加は2名までとさせていただきます。



### 子ども体操教室

みんなでマット運動や跳び箱を楽しく学ぼう！

①対象 4歳～小学2年生(男女)  
定員 20名  
受付 11:15～  
時間 11:30～12:30

②対象 小学3～6年生(男女)  
定員 20名  
受付 12:45～  
時間 13:00～14:00



③対象 4歳～小学2年生(男女)  
定員 20名  
受付 14:15～  
時間 14:30～15:30



## レクリエーション体験コーナー

子どもから大人まで楽しめる！ご家族・お友達と！ぜひお越しください！

時間 午前の部 9:00～12:00 対象 幼児～大人  
午後の部 13:00～15:45

- クロリティ
- 卓球
- カローリング
- トランポリン
- シャッフルゴルフ
- バドミントン
- 新聞ターゲットポッチャ
- 車いすバスケシューティング



※レクリエーション体験コーナーはいくつ種類に参加してもスタンプは2個とさせていただきます。

### 空手教室

初心者大歓迎！オリンピック新競技・空手を一緒に楽しく身に付けよう！

対象 5歳以上(男女)  
定員 25名  
受付 8:45～  
教室 9:00～10:00



### 卓球教室

初心者大歓迎！硬式、ラージボール卓球で健康づくり！

対象 小学生～大人  
定員 30名  
受付 11:45～  
教室 12:00～13:00



### ヨガ教室

代謝を上げる事で太りにくい体を作るとともに体のバランスを整えます。

対象 高校生以上(男女)  
定員 各時間15名  
受付 ①10:15～  
②13:15～  
教室 ①10:30～11:30  
講師：スホレクダンスクラブ平川 葛西天子  
②13:30～14:30  
講師：スホレクダンスクラブ平川 岩淵 佳



### ミニバスケットボール教室

初心者大歓迎！明るく元気にミニバスを楽しもう！

対象 小学1～6年生(男女)  
定員 20名  
受付 10:15～  
教室 10:30～11:30



### 親子バレーボール教室

親子でサーブやレシーブにトライしよう！

対象 小学生のお子様と保護者  
定員 20組  
受付 13:15～  
教室 13:30～14:30

※1組につきお子様の参加は2名までとさせていただきます。



### ボルダリング体験コーナー

指先からつま先まで！体中全ての筋肉を駆使して登り切ろう！！

場所 体育館裏屋外倉庫  
対象 幼児～大人  
時間 午前の部 9:00～12:00  
午後の部 13:00～15:45



# 平賀屋内温水プールイベント

- 水着・キャップ・タオル・ゴーグルをご持参ください。
- プール内は水分補給以外の飲食は禁止です。また、化粧は必ず落としてから入水をお願いいたします。
- カヌー教室は台数に限りがある為事前予約制となり、定員になり次第締め切らせていただきます。

### 子ども水泳教室

楽しく学べる水泳教室！お友達と一緒に参加してみよう！

対象 3歳～小学6年生(男女)  
定員 50名  
受付 12:30～  
教室 13:00～14:00



### 遊び・ゲームコーナー

バスル・トランプなど、頭脳戦スポーツを楽しもう！

場所 多目的室  
時間 10:00～15:45



### ゲーム・アトラクションタイム

ウォーターポールや浮島海いで思いきり遊ぼう！

対象 どなたでも  
時間 14:15～15:45



## ★こちらの教室は予約制となります！

※ご予約・お問い合わせは平賀屋内温水プールへお願いいたします。定員になり次第、受付を終了とさせていただきます。

### 成人水泳教室

4泳法からターンまで！理想の泳ぎを身に付けよう！

対象 18歳以上(男女)  
定員 20名  
受付 9:30～  
教室 10:00～10:45



### カヌー教室

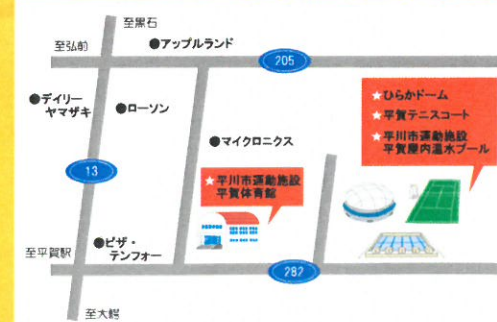
初心者でも大丈夫！水の上の楽しさを味わおう！

対象 小学生以上(男女)  
定員 10名  
受付 11:30～  
教室 12:00～12:30



## 会場：平川市運動施設

【平賀体育館 / ひらかだドーム / 平賀屋内温水プール / 平賀テニスコート】



## お問い合わせ・ご連絡先

NPO 法人平川市スポーツ協会 指定管理施設

- 平賀体育館イベント
- ひらかだドームイベント
- 平賀テニスコートイベント

【平川市運動施設平賀体育館】  
TEL/FAX: 0172-44-5010

●平賀屋内温水プールイベント  
【平川市運動施設平賀屋内温水プール】  
TEL: 0172-43-0665  
FAX: 0172-43-0666

【お問い合わせ時間】  
10:00～20:00

●休館日 毎週月曜日  
(月曜日が祝日の場合は翌日が休館日となります。)