

# 鳥取県立米子産業体育館

## 大人スポーツ教室（第3期）

1期を10回行う教室で、初心者の方を対象に基本技術の習得をめざします。

また、日頃の運動不足を解消し、体力の向上を図り楽しく運動することを目的に実施いたします。

### 1 短期教室 ※教室の詳細日程は裏面に記載しております。

教室名	対象	定員	曜日	期間	時間
バウンドテニス	一般	12名	火・金	7/9～8/9	10:00～12:00
エンジョイ卓球	一般	10名	月・木	7/8～8/19	14:00～16:00
バドミントン	一般	16名	月・木	7/8～8/19	10:00～12:00

### 2 教室概要

教室名	教室概要
バウンドテニス	コートのはさは3m×10mで短いラケットを使用しますので、テニスより簡単です。高齢者には適度な運動になります。
エンジョイ卓球	初めての方でも楽しめるように基本の技術を習得し、ゲームを行うまでのコースです。
バドミントン	ラケットになれることから始め基本ショットを習得し、楽しくゲームができるまでのコースです。

※運動のできる服装、室内用シューズを用意してください。

### 3 参加料 10回分 2,000円・保険料 年間1,850円 他

※スポーツ安全保険は、任意で加入することができます。(令和2年3月31日まで有効)

### 4 申込期間 令和元年6月27日(木)から令和元年7月12日(金)まで

### 5 申込方法 参加希望の方は、申込期間の8時30分より受付いたします。

先着順となっておりますのでお早めに申込ください。

また、電話での申込も受け付けます。

※申込みは、参加される方本人のみの受付となります。

### 6 問い合わせ 〒683-0802

米子市東福原8丁目27-1 鳥取県立米子産業体育館

電話 (0859) 35-0611