

主催 公益財団法人鳥取県体育協会

主管 鳥取県立米子産業体育館

# 短期スポーツ教室(第1期)

1期を10回で行う教室で、初心者の方を対象に基本技術の習得をめざすとともに、日頃のストレスを発散し、体力の向上を図り楽しく運動ができることを目的とします。

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	4/10~5/15	10:00~12:00
エンジョイ卓球	一般	10名	月・木	4/9~4/14	14:00~16:00
バドミントン	一般	16名	月・木	4/9~4/14	10:00~12:00

2 内容

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 2,030円・スポーツ安全保険料 年間1,850円 他  
※原則スポーツ安全保険への加入をお願いします。(2021年3月31日まで有効)

※【ビジター制度について】過去に教室に参加したことのある方を対象にビジター参加を認めます。1度のみ参加も可能で、1回につき300円とする。

4 申込期間 2020年3月26日(木)から2020年4月10日(金)まで

5 申込方法 参加希望の方は、申込期間の朝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 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