

# 徳島県立中央武道館

## 2019年度前期教室

# 教室生募集

### 募集期間 2月8日～2月28日

## ☎088-652-1831

一般財団法人徳島県スポーツ振興財団  
HP: <http://www.awa-spo.net>



### 太極拳教室

初回4月8日～

- 月曜日 10:30～11:30
- 受講料/2000円(約10回分)
- 講師/越智 誉敏
- 対象/18歳以上
- 定員/20名



運動不足を解消し、新陳代謝の促進や技術のレベルアップを図ります。

### 高齢剣道教室

初回4月18日～

- 木曜日 10:00～11:30
- 受講料/1000円(約10回分)
- 講師/財団職員
- 対象/60才以上の剣道経験者
- 定員/25人

年齢・レベルにあった基本稽古から地稽古まで指導します。



### ハツラツ筋活教室

初回4月18日～

- 木曜日 10:00～11:00
- 受講料/1000円(約10回分)
- 講師/財団職員
- 対象/60歳以上
- 定員/40名



いつまでも元気でいるために、足腰や体幹を鍛えて心と身体のコンディションを整えます。

### ピラティス教室

初回4月18日～

- 木曜日 13:00～14:00
- 受講料/3000円(約15回分)
- 講師/中野 千穂
- 対象/18歳以上
- 定員/15名



正しい骨格を意識しながら、体幹の筋肉を整えます。しなやかで美しい身体づくりをしませんか。

### リスタート弓道教室

初回4月18日～

- 木曜日 18:30～20:30
- 受講料/5000円(約20回分)
- 講師/徳島県弓道連盟
- 対象/18歳以上(経験者)
- 定員/10名



弓道経験者にもう一度弓道を始めるきっかけづくりとして指導します。

### 受付方法

- 申込期間  
2月8日(金)～2月28日(木) 9:00～19:00
- 申込方法  
お電話若しくは直接事務所で受付します。
- 当選発表・支払手続  
**3月6日(水)～3月11日(月)**  
ホームページ及び施設内の掲示板  
※期日内に手続きに来られない場合当選無効とさせていただきます。お支払い後の返金はできません。  
※受講料以外に別途スポーツ安全保険料が必要です。  
(64歳以下1,850円 65歳以上1,200円)

### 徳島県立中央武道館

〒770-0852 徳島市徳島町城ノ内6  
TEL: 088(652)1831

休館日: 火曜(火曜が祝日の場合は水曜日)

※当施設に専用駐車場はありません

お車の方は最寄りの有料駐車場をご利用下さい。



※今年7月頃から剣道場及び柔道場は改修工事で行えなくなる見込の為期間を短縮して教室を実施します。