

# 令和4年度・後期運動教室

## 徳島県立中央武道館

### 教室生募集

☎ 088-652-1831 ※火曜休館日

#### 募集教室一覧



#### 太極拳

日 時/月曜日  
10:30~11:30  
受講料/3500円(約15回)  
講 師/越智 誉敏  
定 員/15名  
対 象/18歳以上

運動不足を解消し、新陳代謝の促進や技術向上を図ります。



#### ハツラツ筋活

日 時/水曜日  
13:10~14:10  
受講料/3500円(約15回)  
講 師/協会職員  
定 員/30名  
対 象/18歳以上

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

日 時/木曜日  
13:10~14:10  
受講料/3500円(約15回)  
講 師/中野 千穂  
定 員/15名  
対 象/18歳以上

正しい骨格を意識しながら、体幹の筋肉を整えます。



#### リスタート弓道

日 時/木曜日  
18:30~20:30  
受講料/5000円(約20回)  
講 師/徳島県弓道連盟  
定 員/20名  
対 象/18歳以上(経験者)

弓道経験者にもう一度、始めるきっかけづくりとして指導します。

#### 申 込

8月10日(水)~9月9日(金)※電話申込可

#### 当選発表

9月12日(月)9:00~ ホームページ及び施設内の掲示板上

※定員超過の場合、抽選を行います。また、新規の受講者を優先します。

#### 支払手続

9月12日(月)~9月18日(日)

※受講料以外に別途スポーツ安全保険が必要です。(前期受講者は不要)

64歳以下1,850円 65歳以上1,200円 ※令和4年4月1日時点の年齢

※期間内にお支払いいただけない場合は当選無効とします。

※お支払い後の返金はありません。

#### 教室開始

10月12日(水)より順次スタート

#### 申込・お問合せ先

公益財団法人徳島県スポーツ協会  
徳島市徳島町城内6番地 中央武道館事務所

【HP】<https://www.awa-spo.net/chuo/>  
【TEL】088-652-1831 ※火曜休館日



※当施設に専用の駐車場はございません