

# 令和3年度

# 第1期スポーツ教室（夜間）実施日程

指定管理者：（公財）鳥取県スポーツ協会  
鳥取県立倉吉体育文化会館

実施日程は状況により変更の場合もありますのでご確認ください。

 **【からだづくり教室】** 低学年クラス・中高学年クラス定員 各10名  
 時間 (小学1,2年生) 17時30分～18時30分 (小学3～6年生) 18時40分～19時40分  運動を好きになろう

回数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1期	5月10日	5月17日	5月24日	5月31日	6月7日	6月14日	6月21日	6月28日	7月5日	7月12日

月曜

 **【ボディメイク ヨガ教室】** 定員20名  
 時間 19時00分～20時00分  ヨガで心身ともにリフレッシュ

回数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1期	5月11日	5月18日	5月25日	6月1日	6月8日	6月15日	6月22日	6月29日	7月6日	7月13日

火曜

 **【ボルダリング教室】** 小・中学生（10歳～15歳）対象 定員10名  
 時間 18時30分～20時00分  新しいことにチャレンジしてみよう！

回数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1期	5月11日	5月18日	5月25日	6月1日	6月8日					

火曜

 **【ボルダリング教室】** 定員10名  
 時間 18時30分～20時00分  楽しく学ぼう！

回数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1期	5月12日	5月19日	5月26日	6月2日	6月9日					

水曜

 **【ボルダリング教室】** 小・中学生(10歳～15歳) 対象 定員10名 指導：鳥取県山岳・スポーツクライミング協会  
 時間 18時30分～20時00分  楽しく学んで動こう！

回数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1期	5月13日	5月27日	6月3日	6月10日	6月17日					

木曜

 **【楽しいバドミントン教室】** 小学生以上対象 定員10名  
 時間 18時30分～20時00分  楽しく学んで気持ちの良い汗をかこう！

回数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1期	5月7日	5月14日	6月4日	6月11日	6月25日(火)					

金曜

 **【ボディメイク フィットネス教室】** 定員20名  
 時間 19時00分～20時00分  筋力トレーニングで基礎代謝UP！太りにくい身体をつくろう！

回数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1期	5月7日	5月14日	5月28日	6月4日	6月11日	6月18日	6月25日	7月2日	7月9日	7月16日

金曜

【参加料】10回の教室：2,030円、5回の教室：1,015円  
ボルダリング 一般：3,550円、学生：2,500円（5回）

スポーツ教室情報  
↓HPはこちらです

【申込み】令和3年4月1日（水）より受け付けます。  
鳥取県立倉吉体育文化会館へお申込みください。  
電話 0858-26-4441



【その他】・令和3年度スポーツ安全保険に原則加入をお願いします。64歳以下 1,850円 65歳以上1,200円 中学生以下800円  
・参加料の返金につきましては、病気・けが・転勤・妊娠等、やむをえない場合で、教室の初回開催日の前日までに申請があったものに限り返金します。  
・保険料は原則返金できませんのでご了承ください。  
・返金の際には、申込時の領収書が必要となりますので大切に保管してください。