

# 令和3年度

## 第3,4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。



### 【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
第3期	1月11日	18	25	2月1日	8	15	22	3月1日	8	15



### 【ボルダリング教室】 一般及び、親子対象 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
第3期	1月12日	19	26	2月2日	9	/	/	/	/	/
第4期	2月16日	23	3月2日	9	16	/	/	/	/	/



### 【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

♪ 楽しく学んで動こう！

回数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
第3期	1月13日	20	27	2月3日	10	/	/	/	/	/
第4期	2月17日	24	3月3日	10	17	/	/	/	/	/



### 【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
第3期	2/8(火)	25	3月4日	8(火)	18	/	/	/	/	/



### 【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
第3期	1月7日	14	21	28	2月4日	18	25	3月4日	11	18

【参加料】ボルダリング以外 10回の教室：2,030円 5回の教室：1,015円  
ボルダリング教室 一般：3,550円 学生：2,500円

【申込み】●第3期教室は令和3年12月10日（金）より受け付けます。

●第4期教室は令和3年1月26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

※保険加入手続き上、教室開催1週間前までに窓口にて保険料のお支払いをお願いします。（加入年度内有効）

・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。