

# 総合体育館だより

URL <http://soutai.sakura.ne.jp/>



令和5年5月19日 発行

庄原市総合体育館  
管理者 庄原市総合サービス(株)  
TEL(0824)72-8000 / FAX(0824)72-8001  
sakura-arch@guitar.ocn.ne.jp

庄原市教育委員会教育部  
生涯学習課生涯学習係  
TEL(0824)73-1188 / FAX(0824)73-1254  
syogaigakusyu@city.shobara.lg.jp

## スポーツ教室のご案内

(7月・8月開催分)

総合体育館では、市民の皆様にはスポーツに親しんでいただけるよう、様々なスポーツ教室をご用意しております。どの教室も気軽に楽しめますので、ぜひご参加ください!!  
お申込みは、体育館窓口、電話、ホームページで受付けてます。

月曜日開催

### カーディオEX教室

[開催日]  
7/3、10、17、24、31  
8/7、21、28  
[時間]  
19:30~20:30  
[参加費] 500円/回  
[対象] 中学生以上  
[定員] 20名

全身を使った  
有酸素運動!!



火曜日開催

### ぴちぴち トレーニング教室

[開催日]  
7/4、11、18、25  
8/1、8、22、29  
[時間]  
9:30~11:00  
[参加費] 700円/回  
[対象] 概ね60才以上の方  
[定員] 15名

トレーニング器具を  
使用した教室です



金曜日開催

### コンバットEX教室

[開催日]  
7/7、14、21、28  
8/4、11、18、25  
[時間]  
19:00~20:00  
[参加費] 500円/回  
[対象] 小学生以上  
[定員] 20名

格闘技の要素を取り  
入れたエクササイズ!!



## スポーツ安全・事故防止講習会

### (普通救命講習 I)

【日時】 令和5年6月23日(金) 18:00~21:00  
【場所】 庄原市総合体育館 第2会議室及び武道場  
【対象】 高校生以上 【定員】 先着30名 【参加費】 無料  
【講師】 備北地区消防組合 庄原消防署 救急隊員  
【申込】 6月16日(金)までにお申込みください。  
体育館窓口、電話、ホームページで受け付けます。

心肺蘇生法

AED使用方法



### 《ボディメイク実践講習会日程変更のお知らせ》

前号(5/8号)でご案内した「ボディメイク実践講習会2ndステージ」について一部日程を下記のとおり変更いたしました。

〈変更前〉 6月10日(土) → 〈変更後〉 6月24日(土)

## 令和5年6月行事予定 ※5/10現在

<b>総合体育館（アリーナ）</b>		
1日(木)	17:30 ~	令和5年7月分総合体育館・テニスコート利用調整会議 ※スポーツ広場利用調整会議は17:40開始
3日(土)	8:30 ~ 17:00	令和5年度庄原地区小学生バレーボール総領交流会 (西城バレーボールスポーツ少年団)
10日(土)	8:30 ~ 20:00	小島敏文国政報告会(小島敏文後援会庄原支部)
11日(日)	8:30 ~ 17:30	GROVEs CUP(SHOBARA GROVEs)
12日(月)	9:00 ~ 20:00	高校生対象進路相談会(株式会社さんぼう広島営業所)
25日(日)	13:00 ~ 16:30	令和5年度広島県北部ソフトバレーボール伝達講習会 (広島県北部ソフトバレーボール連盟)
30日(金)	9:00 ~ 21:30	広島県スポーツ推進委員研究大会(庄原市生涯学習課)
<b>総合体育館（武道場）</b>		
4日(日)	8:30 ~ 15:30	柔道月次試合(北部柔道連盟庄原)
<b>総合体育館（トレーニング室）</b>		
6日(火)	18:00 ~ 20:00	トレーニングアドバイスの日
22日(木)		
15日(木)	19:00 ~ 21:00	トレーニング器具使用講習会 ※一般のご利用は20:00以降混雑します。ご了承ください。
◆◇わくわく土曜日無料開放◆◇ 毎週土曜日 8:30~12:00 《小中学生及び同伴保護者のアリーナ個人利用が無料です。》		
17日・24日実施		卓球・バスケット・バドミントンができます。 ※大会等により実施できない場合があります。
<b>スポーツ広場</b>		
3日(土)	17:00 ~ 21:30	ソフトボール大会 準備 (東自治振興区体育部)
4日(日)	8:00 ~ 14:00	ソフトボール大会 (東自治振興区体育部)
<b>北公園ゲートボール場</b>		
3日(土)	8:30 ~ 15:00	ゲートボール大会(球友会)
25日(日)	8:00 ~ 13:00	ゲートボール大会(庄原市GBC)
<b>庄原さくら球場（庄原市運動広場）</b>		
3日(土)	8:00 ~ 21:30	自治労軟式野球大会 (軟式野球連盟)
4日(日)	8:00 ~ 17:00	第56回中国五県軟式野球大会 1部 庄原大会 (軟式野球連盟)
11日(日)	8:00 ~ 17:00	TSS杯第53回広島県少年野球学童選手権大会 庄原大会 (軟式野球連盟)
17日(土)	6:00 ~ 18:00	庄原市中学校軟式野球県選手権予選会(庄原市中体連軟式野球部)
18日(日)	6:00 ~ 18:00	
24日(土)	9:00 ~ 17:00	大学チーム軟式野球大会(株式会社セカンドステージ)
25日(日)	8:00 ~ 17:00	県知事旗軟式野球大会(軟式野球連盟)

※大会等は日程の変更や中止となる場合があります。

※記載されている時間帯は準備・片付け等を含んだものです。実際の大会等の開始・終了時刻とは異なる場合があります。