

総合体育館だより

ホームページ



soutai.sakura.ne.jp

X (旧 Twitter)



@shobara1993

LINE
公式アカウント



@166bbqjr

スポーツ教室



詳細・申込



令和 7 年 3 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

ZUMBA 教室のご案内

【実施日】 ⁴23 ³⁰ ⁵7 ¹⁴ ²¹ ²⁸ ⁶4 ¹¹ ¹⁸ ²⁵ (水曜日・全 10 回)

【時間】 15:30~16:20 (1 部) 18:00~18:50 (2 部) 19:30~20:20 (3 部)

【場所】 総合体育館 武道場他 【対象】 中学生以上 【参加費】 500 円/1 回

【申込み】 総合体育館まで、電話・メール・ウェブページ又は受付窓口でお申込みください。

1 部~3 部は同じ内容です。ZUMBA (ズンバ) とは、ラテン音楽を中心とした世界中の音楽のリズム、ステップなどを取り入れたダンス系エクササイズです。

総 合体育館のトレーニング室を利用してみませんか。器具を安全に、効果的にご利用いただくため、初めに「トレーニング器具使用講習会」を受講していただいています。

◆トレーニング器具使用講習会

トレーニング器具使用講習会は、月に 1 回開催しています。下記のアドバイスの日を利用するためにも、講習会の受講が必要です。

【受講料】 無料

【申込み】 総合体育館窓口・電話・メール・ウェブページ

【対象】 高校生以上

月	4月	5月	6月	7月
日	7日(月)	19日(月)	16日(月)	14日(月)
時間	19:00~21:00 (2時間)			

◆トレーニングアドバイスの日

トレーニングの疑問をインストラクターに相談できる機会を月に 2 回設けています。

トレーニング室利用者が対象です。

月	4月		5月		6月	
日	10日(木)	24日(木)	8日(木)	22日(木)	12日(木)	26日(木)
時間	18:00~20:00					



◆フリーウエイトアドバイスの日

ダンベルやバーベルなど、フリーウエイトを使うトレーニングに関するアドバイスを行います。

月	4月	9月	12月
日	21日(月)	1日(月)	1日(月)
時間	18:00~20:00		



アリーナ専用使用の使用申請について

令和7年4月1日（火）から、アリーナにおける使用日当日の専用使用申請が、原則としてできなくなります。個人使用の時間案内や、スペースが急に確保できなくなるのを防ぐため、専用使用の申請は使用日の前日までにすませるようお願いいたします。

施設利用調整会議について

「総合体育館・テニスコート」「スポーツ広場」「さくら球場」の翌月分の一般利用を対象として、毎月最初の平日に施設利用調整会議を行っています。参加をご希望の方は、各会議の開始時刻までに、会場へお越しください。

- 【実施日】 毎月最初の平日
- 【開始時刻】
- ・総合体育館・テニスコート …… 17:30
 - ・スポーツ広場 …… 17:50
 - ・さくら球場 …… 18:00
- 【会場】 総合体育館 第2会議室



令和7年4月 行事予定

※3/12 現在

総合体育館 (アリーナ)		
1日(火)	17:30 ~	令和7年5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17:50開始 ※さくら球場利用調整会議は18:00開始
6日(日)	8:30 ~ 16:30	第14回はるうららソフトバレーボール交流会 (広島県北部ソフトバレーボール連盟)
12日(土)	8:30 ~ 17:00	中国高等学校バレーボール選手権大会三次地区予選
13日(日)	13:00 ~	庄原市長選挙・庄原市議会議員一般選挙開票
19日(土)	8:30 ~ 17:00	中国高等学校バレーボール選手権大会三次地区予選
20日(日)	8:30 ~ 17:00	庄原オープンラージ卓球大会
26日(土)	8:30 ~ 21:30	第78回広島県高等学校総合体育大会バスケットボールの部 (三次地区支部バスケットボール専門部)
27日(日)	8:30 ~ 17:00	
29日(火・祝)	8:30 ~ 17:00	第36回北部支部バレーボール中学生交歓大会
総合体育館 (トレーニング室)		
10日(木)	18:00 ~ 20:00	トレーニングアドバイスの日
24日(木)		
21日(月)	18:00 ~ 20:00	フリーウエイトアドバイスの日
7日(月)	18:30 ~ 20:30	トレーニング器具使用講習会 ※一般のご利用は19:30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。▶		
5日(土)		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。

※大会等は日程の変更や中止となる場合があります。ご利用を検討する場合は、主催団体等にご確認ください。
※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。