

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 11 月 20 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

スポーツ教室開講のお知らせ

●ズンバ教室

【実施日】¹²10¹⁷ ¹7¹⁴ ²¹28 ²4¹⁸ ²⁵ (水曜日・全9回)

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

【場 所】 総合体育館 武道場 【対 象】 中学生以上 【参加費】 500 円/1 回

エクササイズ

●カーディオ E X 教室

【実施日】¹12¹⁹ ²⁶ ²2⁹ ¹⁶ ²³ ³2 (月曜日・全8回)

【時 間】 19:00~20:00 【場 所】 総合体育館 武道場

【対 象】 中学生以上 【参加費】 500 円/1 回

心肺機能を高める有酸素運動で、持久力の向上や健康増進を図るフィットネスエクササイズです。

●はつらつトレーニング教室

【実施日】¹13²⁰ ²⁷ ²3¹⁰ ¹⁷ ²⁴ ³3 (火曜日・全8回)

【時 間】 9:30~11:00 【場 所】 総合体育館 トレーニング室

【対 象】 概ね 60 才以上 【参加費】 700 円/1 回

エクササイズ

●コンバット E X 教室

【実施日】¹16²³ ²6¹³ ²⁰ ²⁷ (金曜日・全6回)

【時 間】 18:30~19:30 【場 所】 総合体育館 武道場

【対 象】 小学生以上 【参加費】 500 円/1 回

音楽にあわせてパンチやキックなどの運動をする、シェイプアップエクササイズです。

●ベーシックピラティス教室

【実施日】 12月14日(日)

【時 間】 14:00~15:00 【場 所】 総合体育館 第2会議室

【対 象】 中学生以上 【参加費】 1,000 円/1 人



※各教室・講習会とも定員になり次第締め切ります。お早めにお申し込みください。

お申込み・お問合せ 庄原市総合体育館 TEL(0824)72-8000 ・ FAX(0824)72-8001

令和7年 12 月 行事予定 ※ 11/12 現在

総合体育館 (アリーナ)		
1 日(月)	17:30 ～	令和 8 年1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(土)	8:30 ～ 16:30	バスケットボール新人大会 (備北地区中体連バスケットボール部)
7 日(日)	8:30 ～ 16:30	
13 日(土)	8:30 ～ 17:00	第26回 東キャッツ招待小学生バレーボール大会
14 日(日)	9:00 ～ 17:00	第17回 年忘れソフトバレーボール交流会 (庄原市ソフトバレーボール協会)
20 日(土)	8:30 ～ 17:00	広島県三次地区高等学校バレーボール新人選手権大会
総合体育館 (トレーニング室)		
1 日(月)	18:00 ～ 20:00	フリーウエイトアドバイスの日
15 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。
11 日(木)	18:00 ～ 20:00	トレーニングアドバイスの日
25 日(木)		
◆◇わくわく土曜日無料開放◇◆		
《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。》		
27 日(土)	8:30 ～ 12:00	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。

●体育館閉館時刻の変更について

下記の期間、庄原市総合体育館と庄原市テニスコートは「冬時間」での運営となります。

閉館時刻が 21:00 となります。ご理解ご協力をお願いいたします。

【対象施設】 庄原市総合体育館、庄原市テニスコート

【期 間】 令和 7 年 12 月 1 日 (月) ~ 令和 8 年 2 月 28 日 (土)

【開館時間】 9:00~21:00 (土日祝 8:30~21:00)

●年末年始の休館について

総合体育館の年末年始の休館は下記のとおりです。テニスコートは年末年始も利用できますが、事前申請が必要です。ご利用の際は、12/28 (日) までに総合体育館で申請をしてください。

【休館日】 令和 7 年 12 月 29 日 (月) ~ 令和 8 年 1 月 4 日 (日)

