

スポーツライフ&サポート

感染症対策について

香川県立武道館では、感染防止対策を行って営業しております。
現在のご利用のルールは状況に応じて対応しておりますので、詳しくは
武道館までお電話でお問合せください。



公式LINE
はじめました

友だち追加は
こちらから⇒



5月の行事予定 (大会等の開催の有無や時間は 各連盟にご確認ください。)

| 開催日 | 大会 | 時間 | 主催 |
|-------|--------------------------------|-------------|-------------|
| 5月3日 | 高校柔道強化練習 | 9:00~17:00 | 高松柔道協会 |
| 5月4日 | 高校柔道強化練習 | 9:00~17:00 | 高松柔道協会 |
| 5月5日 | 高校柔道強化練習 | 9:00~17:00 | 高松柔道協会 |
| 5月6日 | 全日本ジュニア柔道体重別選手権大会 県予選・国体選考会 | 8:00~17:00 | 香川県柔道連盟 |
| 5月7日 | 高松市弓道協会月例射会 | 9:00~17:00 | 高松市弓道協会 |
| 5月14日 | 香川県居合道段別選手権大会 | 8:00~17:00 | 香川県剣道連盟 |
| 5月19日 | 香川県高等学校総体監督会議 | 15:00~17:00 | 香川県高等学校体育連盟 |

教室参加者募集



1 やさしいバリ舞踏エクササイズ



全身の柔軟性を高めインナーマッスルを刺激し、指先までしなやかにバリ舞踏を踊りましょう。

講師：岡本 知恵子

開催日：月曜 16:00～17:00

2,800円/月4回

2 フラダンス



ゆったりとしたハワイアン音楽に合わせて踊るので、運動が苦手な方でも気軽に始められます。優雅な動きで運動不足を解消しましょう。

講師：井 久美子

開催日：

①5/17・31 9:00～10:00

②毎週水曜 19:30～20:30

①1,400円/月2回

②2,800円/月4回

3 キッズ空手道



空手を通じ礼節を重んじ健康で忍耐強い心と体を養います。基本の組み手を学んで集中力や瞬発力を身につけましょう。

講師：井上 博司

開催日：金曜 17:00～18:00

2,800円/月4回

4 姿勢改善エクササイズ



ピラティスを取り入れてインナーマッスルを鍛えてシェイプアップ！若々しい美姿勢を目指します。

講師：藤田 摩理

開催日：水曜 14:00～15:00

2,880円/月4回

5 大人のためのストレッチ



解剖学からのトレーニングとストレッチで関節の可動域を上げます。痛みのないスムーズに動く体づくりを目指します。

講師：藤田 摩理

開催日：木曜 13:30～14:30

2,880円/月4回

6 かんたんシェイプエアロ & ストレッチ



リズムを楽しみながら全身を動かす、体力・筋力UPを図りストレッチで体を整えます。

講師：藤田 摩理

開催日：木曜 15:00～16:00

2,880円/月4回

交通機関のご案内・各種お問い合わせ

香川県立武道館 TEL 087-821-5125 (代表) FAX 087-802-3118

ホームページ <http://www.taiikukan.jp/>

Twitter <https://twitter.com/kataiiku>

武道館個人利用料金

■定期券

●一般

1カ月

490円

●生徒 & 高齢者

1カ月

370円

3カ月

1,250円

3カ月

930円

■1回券

●一般

80円

●生徒 & 高齢者

60円

●身障者

障害者手帳提示で無料

●弓道具

80円



■ことでんバス朝日町線

「県立武道館」下車徒歩1分

■まちなかループバス

「高松けいりん場」下車徒歩1分

●香川県立武道館

〒760-0066

高松市福岡町1-5-5