

令和7年度スポーツ教室

	教室名	講師	開催場所	開催希望日	開催時間	希望人数
1	コンディショニング教室（午前の部）	安藤つばさ	米沢市営武道館	5月～10月 第2・4水曜日 計11回 5/14・5/28・6/11・6/25・7/9・7/23・ 8/27・9/10・9/24・10/8・10/22	10：00～11：00	20名
	コンディショニング教室（午後の部）		文化センター あずま・まつかわ・しずか	5月～10月 第1・3水曜日 計11回 5/21・6/4・6/18・7/2・7/16・8/6・ 8/20・9/3・9/17・10/1・10/15	19：00～20：00	20名
2	ニュースポーツ&ストレッチ（前期）	東海林由美子	米沢市営体育館	第1・3水曜日 計6回 5/21・6/4・6/18・7/2・7/16・8/6	10：00～11：30	25名
	ニュースポーツ&ストレッチ（後期）		米沢市営体育館	第1・3水曜日 計6回 9/3・9/17・10/1・10/15・11/5・11/19	10：00～11：30	25名
3	ノルディックウォーキング教室 （前期）	宇山栄一	松川コミセン（初回） 松川河川敷	日曜日 計4回 6/1・6/15・6/29・7/13	10：00～12：00	15名
	ノルディックウォーキング教室 （後期）		松川コミセン（初回） 総合運動公園	土曜日 計4回 9/13・9/27・10/11・10/25	10：00～12：00	15名
4	シニア元気塾！ みんなで筋肉貯筋！	瀧澤孝次	米沢市営体育館	4月～11月(8月休み)木曜日 月2回 4/10・4/24・5/8・5/22・6/12・ 6/26・7/3・7/10・9/11・9/25・ 10/9・10/23・11/6・11/27	10：00～11：00	30名
5	バドミントン 初心者コース	米沢バドミントン協会 (登坂雅彦)	米沢市営体育館	春5回 金曜日 5/9・5/16・5/23・6/6・6/20	19：00～21：00	40名
	バドミントン 実践コース			秋5回 金曜日 8/29・9/5・9/12・10/3・10/17	19：00～21：00	40名
6	はつらつ健康教室	佐藤晃代	文化センター301	6月～3月 第2金曜日 計10回 6/13・7/11・8/8・9/12・1/9・2/13・ 3/13	10：00～11：30	15～20名
				10/10・11/14・12/12	13：30～15：00	
7	弓道教室	米沢弓道連盟 (小久保広信)	米沢市営弓道場	8/23・8/26・8/28・8/30・9/2・9/4・ 9/6・9/9・9/11・9/13 計10回	19：00～20：50	10名
8	テニスコース	米沢市テニス協会 (唐澤 眞)	米沢市営多目的屋内運動場	毎週火曜日 計10回 5/13・5/20・5/27・6/3・6/10・6/17・ 6/24・7/1・7/8・7/15	10：00～12：00	20名