

# 令和3年度 スポーツ教室 開催要項

## I 期

### 募集期間

令和3年 3月22日(月) 9:00～  
令和3年 4月4日(日) 17:00まで

### 受講生発表 及び支払開始

令和3年 4月6日(火) 12:00～

## II 期 -A

ノルディックウォーク、ジョギング、野球初級、  
陸上Ⅰ、陸上Ⅱ、陸上上級・火、陸上上級・木

### 募集期間

令和3年 7月28日(水) 9:00～  
令和3年 8月10日(火) 17:00まで

### 受講生発表 及び支払開始

令和3年 8月12日(木) 12:00～

## II 期 -B

上記以外

### 募集期間

令和3年 9月27日(月) 9:00～  
令和3年 10月10日(日) 17:00まで

### 受講生発表 及び支払開始

令和3年 10月12日(火) 12:00～

※ 各期の受講生発表後、定員に達していない教室については、随時申込の受付をいたします。

## 申込方法 (用紙提出・申込フォームのみ)

- 陸上競技場または県民体育館窓口に設置しているスポーツ教室申込書を、上記募集期間に各窓口へご提出ください。  
申込フォームでの手続きをご希望の方は、当園ホームページの専用フォームより募集期間内に送信してください。後日、当園より受付番号を記載した受理通知メールを送信いたします。

## 受講生発表

- 募集定員を超えた教室は、当園職員の厳選なる抽選により受講生を決定し、抽選結果は当園ホームページ、陸上競技場ロビー、県民体育館ロビーにて受付番号を発表いたします。

## 受講料支払い

- 受講生発表後、初回参加日の5日前(スポーツ安全保険加入の手続きのため)までに陸上競技場、または県民体育館の窓口にて受講料をお支払いください。
- ※ 当園で加入するスポーツ保険が適用されていない状態での教室参加はお断りさせていただきます。

### ■お問い合わせ

# 鳥取県立布勢総合運動公園

〒680-0944 鳥取市布勢146-1 <http://www.fuse-sportspark.com/>

陸上競技場

TEL.0857-28-7221

県民体育館

TEL.0857-31-6911

## 受講料

各教室  
参加料

+

## スポーツ安全保険料

大人(64歳以下) 1,850円  
大人(65歳以上) 1,200円  
中学生以下 800円  
(特別支援学校高等部までの児童生徒含む)

- ※ 返金については、病气・けが・転勤・妊娠等のやむを得ない場合で、各教室の初回開催日までに申請されたものに限ります。ただし、スポーツ安全保険の返金については、当園での加入手続き前であれば返金可能です。  
(返金手続きには、【返金申請書】・【受講料支払い時の領収書】が必要です)
- ※ スポーツ安全保険の年齢条件は、掛金の支払い手続きを行う日の満年齢が基準です。

## 注意事項

- 教室によって必要な持ち物が異なりますので、各自ご確認のうえご準備ください。
- 体育館アリーナ内での飲食は禁止ですが、水分補給については、蓋付きの容器のものに限り可能です。
- 教室での事故・けが等については、スポーツ安全保険での補償以外の責任は負いかねます。
- 教室の観覧は可能ですが、講師または主催者が教室の円滑な進行の妨げになると判断した場合、会場から退出していただくことがありますのでご了承ください。  
(例) 電話などで大きな声を出す、同伴の小さなお子様が走り回る、等
- 教室は原則年間予定表どおりに行いますが、日程変更の場合は事前に連絡し、休講となった場合、予備日等で対応いたします。  
ただし、①悪天候や災害により警報が発令された場合、②指導員の欠員または病欠の場合、③県の指示により閉園する場合には、当日に急遽休講とする場合がありますのでご了承ください。なお、教室の休講が当日決定した場合は、電話にて連絡をさせていただきます。

## 新型コロナウイルス感染拡大防止について

- 感染状況により、国や県の方針に沿った対策のご協力をお願いすることがありますのでご了承ください。

## ■個人情報の取り扱いについて

主催者が取得した個人情報は、下記目的のために利用し、利用目的以外に使用することはありません。教室申込書の提出を持って、これらの扱いに関してご承諾いただいたものとさせていただきます。

1. 申込書に記載された情報・・・参加者名簿、報告書へ記載します。
2. 肖像権の取り扱い・・・認められた報道機関によって撮影された写真がパンフレット、新聞、雑誌、報告書などで公開されることがあります。

土・日・祝日  
でもお電話  
ください!



# 令和3年度 スポーツ教室 年間予定表

小学生対象教室 幼児対象教室

※I・II-A・II-Bによって申込期間が異なりますので、詳しくは要項をご覧ください。

No.	教室名	持ち物	参加料	定員	曜日・時間	会場	期*	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	11回	12回	13回
1	<b>卓球初級</b> フォア・バック・カットなど基本技術の習得を目指します。 インストラクター/資格 日本スポーツ協会公認コーチ	ラケット 屋内運動靴	5,200円 (各期)	大人 40名	月 9:30 ~11:00	メインアリーナ	I	4/19	5/10	6/17	7/24	8/7	9/14	10/21	11/28	12/5	1/13	2/20	3/27	4/4
2	<b>ママのボディリメイク with ベビー</b> ベビーと楽しく遊びながら、体の歪みを整えます。(首すわりしてはいれば参加可能です) インストラクター/資格 Fitness Ja- へくる	ヨガマット	5,200円 (各期)	大人 20名	月 10:00 ~11:30	第3-4 研修室 (県民体育館)	I	4/19	5/10	6/17	7/24	8/7	9/14	10/21	11/28	12/5	1/13	2/20	3/27	4/4
3	<b>ピラティス</b> 全ての筋肉を効果的に鍛え、健康な身体づくりを目指します。 (有) 坂根産業健康事業部 Samadhi 健康運動指導士 坂根 真奈美 インストラクター/資格	ヨガマット	5,200円 (各期)	大人 35名	月 19:00 ~20:30	第3-4 研修室 (県民体育館)	I	4/19	5/10	6/17	7/24	8/7	9/14	10/21	11/28	12/5	1/13	2/20	3/27	4/4
4	<b>トータルバランスヨガ午前</b> 身体のバランスを改善し、インナーマッスルを活性化することで正しい姿勢の保持を目指します。 インストラクター/資格 Fitness Ja- へくる	ヨガマット	4,000円 (各期)	大人 35名	火 10:00 ~11:30	第3-4 研修室 (県民体育館)	I	4/27	5/11	6/25	7/9	8/22	9/5	10/19	11/2	12/16	1/29	2/11	3/25	4/7
5	<b>健康トレーニング</b> 軽い筋力トレーニングやストレッチで、体力維持・シェイプアップなどの目標達成をお手伝いします。 インストラクター/資格 (一社)ビッグボンパフォーマンスパク協会	ヨガマット 屋内運動靴	4,000円 (各期)	大人 15名	火 10:00 ~11:30	第1研修室 (県民体育館) /メインアリーナ	I	4/27	5/11	6/25	7/9	8/22	9/5	10/19	11/2	12/16	1/29	2/11	3/25	4/7
6	<b>レクリエーションスポーツ</b> 1人1人に合わせた運動強度で、ニュースポーツなどの様々な運動をします。 インストラクター/資格 スポーツ指導員	屋内運動靴	4,800円 (各期)	大人 20名	火 14:00 ~15:30	サブアリーナ	I	4/27	5/11	6/25	7/9	8/22	9/5	10/19	11/2	12/16	1/29	2/11	3/25	4/7
7	<b>ノルディックウォーク</b> (初心者向け) 運動不足解消にもってこい!公園内の四季を楽しみながら、のんびりとウォーキングをします。 インストラクター/資格 全日本ノルディックウォーク連盟公認指導員		4,000円 (各期)	大人 15名	水 10:00 ~11:30	陸上競技場 (公園内)	I	4/21	5/12	6/19	7/26	8/9	9/16	10/23	11/30	12/13	1/20	2/27	3/10	4/17
8	<b>シェイプアップエアロ</b> 軽度の筋力トレーニング、ヨガの動きなどを取り入れた、運動初心者向けの有酸素運動を行います。 インストラクター/資格 山谷 総 (JAFキッズインストラクター)	ヨガマット 屋内運動靴	5,200円 (各期)	大人 20名	水 10:00 ~11:30	第3-4 研修室 (県民体育館)	I	4/21	5/12	6/19	7/26	8/9	9/16	10/23	11/30	12/13	1/20	2/27	3/10	4/17
9	<b>癒しのヒーリングヨガ</b> 心地よい音楽を聴きながら軽く体を動かし、心と身体を癒します。 インストラクター/資格 Fitness Ja- へくる	ヨガマット	5,200円 (各期)	大人 35名	水 19:00 ~20:30	第3-4 研修室 (県民体育館)	I	4/21	5/12	6/19	7/26	8/9	9/16	10/23	11/30	12/13	1/20	2/27	3/10	4/17
10	<b>フープエクササイズ</b> 全身を使ってフープを回すことで、基礎代謝の向上と、骨盤の歪みなどの改善にも役立ちます。 インストラクター/資格 (一社)ビッグボンパフォーマンスパク協会	ヨガマット 屋内運動靴	5,200円 (各期)	大人 15名	木 10:00 ~11:30	第3-4 研修室 (県民体育館)	I	4/22	5/6	6/13	7/20	8/27	9/3	10/10	11/17	12/24	1/31	2/7	3/14	4/21
11	<b>卓球中級</b> 基本技術を応用し、上達を目指します。 インストラクター/資格 日本スポーツ協会公認コーチ	ラケット 屋内運動靴	5,200円 (各期)	大人 52名	木 9:30 ~11:00	メインアリーナ	I	4/22	5/6	6/13	7/20	8/27	9/3	10/10	11/17	12/24	1/31	2/7	3/14	4/21
12	<b>卓球上級</b> フォア・バック・カットなどの基本技術を習得済みの方を対象に、技術の向上と大会での入賞を目指します。 インストラクター/資格 日本スポーツ協会公認コーチ	ラケット 屋内運動靴	5,200円 (各期)	大人 24名	木 14:00 ~15:30	サブアリーナ	I	4/22	5/6	6/13	7/20	8/27	9/3	10/10	11/17	12/24	1/31	2/7	3/14	4/21
13	<b>トータルバランスヨガ午後</b> 身体のバランスを改善し、インナーマッスルを活性化することで正しい姿勢の保持を目指します。 インストラクター/資格 Fitness Ja- へくる	ヨガマット	5,200円 (各期)	大人 35名	木 14:00 ~15:30	第3-4 研修室 (県民体育館)	I	4/22	5/6	6/13	7/20	8/27	9/3	10/10	11/17	12/24	1/31	2/7	3/14	4/21
14	<b>バドミントン</b> ラケットワークやフットワークなど基礎技術の習得を目指します。 インストラクター/資格 Cheerful 鳥取	ラケット 屋内運動靴	5,200円 (各期)	大人 16名	木 14:00 ~15:30	メインアリーナ	I	4/22	5/6	6/13	7/20	8/27	9/3	10/10	11/17	12/24	1/31	2/7	3/14	4/21
15	<b>エアロビクス &amp; ストレッチ</b> 誰でもできる簡単な有酸素運動と筋力トレーニングで汗を流す、お手軽に満足感たっぷりな教室です。 インストラクター/資格 Fitness Ja- へくる	ヨガマット 屋内運動靴	3,200円 (各期)	大人 35名	金 10:00 ~11:30	第3-4 研修室 (県民体育館)	I	4/23	5/7	6/14	7/21	8/28	9/4	10/11	11/18	12/25	1/1	2/8	3/15	4/22
16	<b>フラダンス</b> 南国ハワイの音楽に合わせて体を動かし、運動不足や足腰が弱い方でも気軽に始められる教室です。 インストラクター/資格 プアナニ・アロハフラ鳥取	フラスカート	3,200円 (各期)	大人 25名	金 19:00 ~20:30	第3-4 研修室 (県民体育館)	I	4/23	5/7	6/14	7/21	8/28	9/4	10/11	11/18	12/25	1/1	2/8	3/15	4/22
17	<b>ジョギング</b> 教室の仲間とただ走るだけ!難しいことはありません!初めての方はウォーキングから始めます。 インストラクター/資格 スポーツ指導員		4,800円 (各期)	大人 30名	金 19:00 ~20:30	陸上競技場	I	4/23	5/7	6/14	7/21	8/28	9/4	10/11	11/18	12/25	1/1	2/8	3/15	4/22
18	<b>ランニングクリニック</b> 鳥取マラソン 2022 を目標にひたすら走ります!各自で掲げた目標達成のお手伝いをします。 インストラクター/資格 スポーツ指導員		7,500円	大人 30名	土 14:00 ~17:00	陸上競技場	II-B	11/27	12/4	1/11	2/18	3/25	4/1	5/8	6/15	7/22	8/29	9/5	10/12	11/19
19	<b>エンジョイ・キッズ</b> 遊びを取り入れた様々な運動で、運動能力を総合的に高めることを目指します。 インストラクター/資格 スポーツ指導員	屋内運動靴	3,900円 (各期)	小学 1~4年生 25名	月 17:00 ~18:30	サブアリーナ	I	4/19	5/10	6/17	7/24	8/7	9/14	10/21	11/28	12/5	1/13	2/20	3/27	4/4
20	<b>バドミントンジュニア初級</b> 未経験者や初心者を対象に、ラケットの握り方やシャトルの打ち方の基本技術を身につけます。 インストラクター/資格 バドミントン専門指導員	ラケット 屋内運動靴	3,900円 (各期)	小学生 30名	月 19:00 ~20:30	サブアリーナ	I	4/19	5/10	6/17	7/24	8/7	9/14	10/21	11/28	12/5	1/13	2/20	3/27	4/4
21	<b>幼児教室 I</b> (年少) マット運動などで、スポーツをする前の基礎運動能力を身につけます。 インストラクター/資格 ちゃれきんぐ株式会社		3,000円 (各期)	年少 10名	火 16:00 ~16:45	サブアリーナ	I	4/27	5/11	6/25	7/9	8/22	9/5	10/19	11/2	12/16	1/29	2/11	3/25	4/7
22	<b>幼児教室 II</b> (年中・年長) マット運動などで、スポーツをする前の基礎運動能力を身につけます。 インストラクター/資格 ちゃれきんぐ株式会社		3,000円 (各期)	年中・年長 15名	火 17:00 ~17:45	サブアリーナ	I	4/27	5/11	6/25	7/9	8/22	9/5	10/19	11/2	12/16	1/29	2/11	3/25	4/7
23	<b>ヒップホップダンス</b> (初心者向け) リズム感、身体の柔軟性、体力や筋力を向上させダンスの基礎を身につけます。 インストラクター/資格 鳥取大学ダンス部	屋内運動靴	3,000円 (各期)	小学生 25名	火 17:00 ~18:30	第3-4 研修室 (県民体育館)	I	4/27	5/11	6/25	7/9	8/22	9/5	10/19	11/2	12/16	1/29	2/11	3/25	4/7
24	<b>野球上級</b> (チーム経験者向け) チーム経験者を対象に、「投・捕・打・走」などの基本技術を細かく指導していきます。 インストラクター/資格 野球専門指導員	グローブ バット	6,000円	小学 3~6年生 20名	火 17:00 ~18:30	野球場	I	5/11	6/18	7/25	8/8	9/15	10/22	11/29	12/6	1/13	2/20	3/27	4/3	
25	<b>陸上 I</b> (3~6年生) 走・跳・投の基礎技術を繰り返し練習します。 インストラクター/資格 陸上競技専門指導員		3,900円 (各期)	小学 3~6年生 30名	火 17:00 ~18:30	陸上競技場	I	4/20	5/27	6/11	7/18	8/25	9/1	10/8	11/15	12/22	1/29	2/5	3/12	4/19
26	<b>陸上上級・火</b> (経験者向け) 全国大会を目標に、基礎的な体力や調整力(リズム・バランス・タイミング)を主とする技術を向上します。 インストラクター/資格 陸上競技専門指導員		3,900円 (各期)	小学 3~6年生 35名	火 18:30 ~20:00	陸上競技場	I	4/20	5/27	6/11	7/18	8/25	9/1	10/8	11/15	12/22	1/29	2/5	3/12	4/19
27	<b>バドミントンジュニア上級</b> (大会出場経験者向け) 大会出場経験者を対象に、体力や技術のレベルアップを目指します。 インストラクター/資格 Cheerful 鳥取	ラケット 屋内運動靴	3,900円 (各期)	小学 3~6年生 16名	水 19:00 ~20:30	サブアリーナ	I	4/21	5/12	6/19	7/26	8/9	9/16	10/23	11/30	12/13	1/20	2/27	3/10	4/17
28	<b>野球初級</b> (初心者向け) 「投・捕・打・走」などの基本技術を楽しみながら身につけ、練習を通じて野球のルールも学べます。 インストラクター/資格 野球専門指導員	グローブ	3,600円 (各期)	小学生 20名	水 17:00 ~18:30	野球場	I	4/21	5/12	6/19	7/26	8/9	9/16	10/23	11/30	12/13	1/20	2/27	3/10	4/17
29	<b>トランポ・ロビクス</b> ミニトランポリンの上で音楽に合わせて踊り、持久力・バランス能力・リズム感を身につけます。 インストラクター/資格 HAT-ROBICS JAPAN 公認指導員	屋内運動靴	3,900円 (各期)	小学生 30名	木 17:00 ~18:30	サブアリーナ	I	4/22	5/6	6/13	7/20	8/27	9/3	10/10	11/17	12/24	1/31	2/7	3/14	4/21
30	<b>陸上 II</b> (全学年) 走る・跳ぶ・投げるなどの基礎技術を楽しみながら身につけます。 インストラクター/資格 陸上競技専門指導員		3,900円 (各期)	小学生 30名	木 17:00 ~18:30	陸上競技場	I	4/22	5/6	6/13	7/20	8/27	9/3	10/10	11/17	12/24	1/31	2/7	3/14	4/21
31	<b>陸上上級・木</b> (経験者向け) 全国大会を目標に、基礎的な体力や調整力(リズム・バランス・タイミング)を主とする技術を向上します。 インストラクター/資格 陸上競技専門指導員		3,900円 (各期)	小学 3~6年生 35名	木 18:30 ~20:00	陸上競技場	I	4/22	5/6	6/13	7/20	8/27	9/3	10/10	11/17	12/24	1/31	2/7	3/14	4/21
32	<b>サッカー</b> 楽しみながら基本技術を習得します。 インストラクター/資格 (一財)鳥取県サッカー協会 JFA 公認指導員	屋内運動靴 (メインアリーナ 開催時のみ)	3,900円 (各期)	小学生 40名	金 17:00 ~18:30	球技場/ メインアリーナ(※)	I	4/23	5/14	6/11	7/18	8/25	9/1	10/8	11/15	12/22	1/29	2/5	3/12	4/19