

平成29年度 武道学園 開催要項

■趣 旨 青少年の健全育成や武道の振興を目的に武道教室及び心身の健康の保持・増進を図り、健康で活力に満ちた長寿社会の具現化に資するため健康・短期教室を実施します。
未就園児から一般・シニアの方まで誰でも気軽に参加できる教室です。(対象は各表参照)

■申 込 み ・県立武道館受付にある所定用紙に必要事項を記入し、該当するスポーツ安全保険料と受講料を添えて、窓口にて直接お申込みください。募集定員を超えている場合は、申し込みできません。
なお、開講日を過ぎてキャンセルする場合、受講料・保険料は返金できません。
・武道学園申込み期間：(定員になり次第締切ります)

教室名	新規申込期間	継続者申込期間
武道教室	H29.3/18(土)～30(木)	H29.3/1(水)～3/15(水)
健康教室		

※開講日以降でも、欠員があれば担当講師と相談し可能な範囲で随時受け付けます。

■受講料(原則全納となります。)

教室名	小・中学生	高校生	一般
武道教室(年間64回)	7,680円	12,800円	18,400円
武道教室(年間32回)	3,840円	6,400円	9,200円
健康教室(年間32回)			
健康教室(年間20回)			5,700円

■保険料 (1) 競技の性格上、全員にスポーツ安全保険への加入を受講条件とします。
(武道教室・健康教室)

小・中学生	高校生以上	満65歳以上
800円	1,850円	1,200円

※「スポーツ安全保険料」については、2種目以上の場合は無料となります。
なお、年度途中で申し込む場合は、教室に参加できるのは申込みの次の日からになります。

■備 考 (1) 教室受講に**必要な道具等は、各自で準備**してください。

武道学園 (武道教室・健康教室)

武道教室

■教室の概要 **総合開講式 4月8日(土) 17:00～**

教室名	対 象	募集人員	曜日	時間帯	期間 実施回数	受講料 年間	保険料
柔 道	小学生	30人	火・木	17:30～19:00	4月～ 3月	小・中学 7,680円	中学生 以下 800円
	一般(中学生以上)	40人		19:00～20:30			
剣 道	小学生	30人	火・木	17:30～19:00	64回	高校生 12,800円	中学生 以下 800円
	一般(中学生以上)	50人		19:00～20:30			
弓 道	A 中学生以上	40人	水・金	13:30～15:00	4月～ 3月	一般 18,400円	高校生 以上 1,850円
	B 中学生以上	40人	水・金	18:00～19:30			
	シニア 65歳以上	20人	木	10:00～11:30			
空手道	小学生	40人	水	18:00～19:30	3月	小・中学 3,840円	高校生 以上 1,850円
一般(中学生以上)							
少林寺拳法	小学生	20人	土	18:00～19:30	32回	高校生 6,400円	65歳以上 1,200円
一般(中学生以上)							
なぎなた	小学生	30人	水	18:00～19:30	32回	一般 9,200円	65歳以上 1,200円
一般(中学生以上)							
杖 道	小学生	30人	金	18:00～19:30	32回	一般 9,200円	65歳以上 1,200円
	一般(中学生以上)						
合気道	小学生	20人	金	19:00～20:30	32回	一般 9,200円	65歳以上 1,200円
	一般(中学生以上)						

※日程詳細については、教室日程表を参照してください。

健康教室

■教室の概要

種 目	対 象	募集人数	曜日	時 間	期 間	実施回数	受講料(年間)	スポーツ 安全保険料
卓 球	A 一般	60人	水	10:00～11:30	4月～ 3月	32回	小・中学生 3,840円 高校生 6,400円 一般 9,200円	中学生以下 800円 高校生以上 1,850円 65才以上 1,200円
	B 小学生	30人	金	18:00～19:30				
民 踊	A 一般	40人	火	13:30～15:00	4月～ 3月	32回	小・中学生 3,840円 高校生 6,400円 一般 9,200円	中学生以下 800円 高校生以上 1,850円 65才以上 1,200円
	B 一般	70人	金	13:30～15:00				
フォークダンス	一 般	30人	金	13:30～15:00	4月～ 3月	32回	小・中学生 3,840円 高校生 6,400円 一般 9,200円	中学生以下 800円 高校生以上 1,850円 65才以上 1,200円
3B体操		20人	金	10:00～11:30				
ソフトバレーボール	一 般	20人	金	10:00～11:30	4月～ 3月	32回	小・中学生 3,840円 高校生 6,400円 一般 9,200円	中学生以下 800円 高校生以上 1,850円 65才以上 1,200円
リンパ整体体操		20人	木	13:30～15:00				

・募集対象は一般男女。尚、卓球Bコースは、小学1年生以上です。

学園セミナー

■概要

武道学園の受講生および保護者を対象に教室時間内に各種セミナーを行います。(無料)
※都合により、テーマが変更になる場合があります。

★埼玉県文化・スポーツJOINTカード事業参加施設

No.	テ ー マ
1	「リンパ整体体操」
2	ストレッチングと整体
3	要介護にならない意識と行動
4	熱中症予防対策法
5	怪我をしないためのストレッチ&エクササイズ
6	要介護にならない意識と行動
7	アンチドーピング
8	運動器とロコモ予防
9	知っておきたい「健康になる食事」
10	Fun Fun ランニング
11	ストレッチングと整体
12	運動器とロコモ予防
13	武道の歴史と理念



セミナー:熱中症対策



セミナー:体幹トレーニング



セミナー:スポーツと栄養



セミナー:リンパ整体体操



スポーツフェア(武道館まつり)

短期教室

■教室の概要

・短期教室申込み期間：(定員になり次第締切ります)

☆前期 平成29年4月18日(火)～5月7日(日)

☆後期 平成29年9月4日(月)～9月24日(日)

種 目	対 象	募集人数	曜日	時 間	期 間	実施回数	受講料	保険料
フィットネスヨガ	前期	一般 20人	火	10:30～ 12:00	5月～7月	7回	各5,000円	1人800円
	後期				10月～12月			
ロコモ予防	前期	一般 15人	水	10:30～ 11:30	5月～7月	7回	各2,000円	1人800円
	後期				10月～11月			