

訂正版【4月～8月開催教室のご案内】

武道館ひびき

武道系教室



15歳以上の方



対象	教室名	曜日	時間	場所	日程	回数/ 受講料(税込)	定員	申込受付	
								場所	日程/ 時間
15歳以上 (学生・生徒は除く)	剣道A	月	13:00-14:30	第2競技場	4/11,18,25 5/2,9,16,23,30 6/6,13,20,27	12回/ 3,600円	20名	大会議室 にて受付	4/4(月) 13:00
15歳以上 (学生・生徒は除く)	なぎなた	月	14:00-15:30	第2競技場	4/11,18,25 5/2,9,16,23,30 6/6,13,20,27	12回/ 3,600円	20名	2階 観覧席 にて受付	4/4(月) 14:00
小・中学生	柔道	月・金	18:45-20:15	第1競技場	4/11,15,18,22,25 5/2,6,9,13,16,20,23,27,30 6/3,6,10,13,17,20,24,27 7/1,4	24回/ 4,800円	40名	大会議室 にて受付	4/4(月) 19:00
6歳～中学生	空手道	月・木	18:45-20:00	第2競技場	4/11,14,18,21,25,28 5/2,9,12,16,19,23,26,30 6/2,6,9,13,16,20,23,27 7/4,7	24回/ 4,800円	50名	大会議室 にて受付	4/4(月) 19:00
15歳以上 (中学生除く)			19:30-21:00			10名	大会議室 にて受付	4/4(月) 19:00	
6歳～中学生	剣道B	火・金	18:00-19:30	第2競技場	4/12,15,19,22,26 5/6,10,13,17,20,24,27 6/3,7,10,14,17,21,24,28 7/1,5,8,12	24回/ 4,800円	25名	大会議室 にて受付	4/5(火) 19:00
18歳以上	居合道	火	19:30-21:00	第2競技場	4/12,19,26 5/10,17,24 6/7,14,21,28 7/5,12	12回/ 3,600円	25名	大会議室 にて受付	4/5(火) 19:00
小・中学生	日本拳法	水	19:00-20:15	第1競技場	4/13,20,27 5/11,18,25 6/1,8,15,22,29 7/6	12回/ 2,400円	20名	大会議室 にて受付	4/6(水) 19:00
15歳以上 (中学生除く)			19:00-21:00			10名	大会議室 にて受付	4/6(水) 19:00	
小・中学生	少林寺拳法	水	19:00-20:15	第2競技場	4/13,20,27 5/11,18,25 6/1,8,15,22,29 7/6	12回/ 2,400円	40名	大会議室 にて受付	4/6(水) 19:00
15歳以上 (中学生除く)			19:00-21:00			10名	大会議室 にて受付	4/6(水) 19:00	
中学生	合気道	木	19:00-20:00	第1競技場	4/14,21,28 5/12,19,26 6/2,9,16,23 7/7,14	12回/ 2,400円	10名	大会議室 にて受付	4/7(木) 19:00
15歳以上 (中学生除く)			19:00-21:00			40名	大会議室 にて受付	4/7(木) 19:00	

対象	教室名	曜日	時間	場所	日程	回数/ 受講料(税込)	定員	申込受付	
								場所	日程/ 時間
15歳以上 (学生・生徒は除く)	リズム体操	月	10:00-11:30	第2競技場	4/11,18,25 5/2,9,16,23,30 6/6,13,20,27	12回/ 3,600円	100名	大会議室 にて受付	4/4(月) 10:00
15歳以上 (学生・生徒は除く)	さわやか体操	木	10:00-11:30	第1競技場	4/14,21,28 5/12,19,26 6/2,9,16,23 7/7,14	12回/ 3,600円	60名	大会議室 にて受付	4/7(木) 10:00
15歳以上 (学生・生徒は除く)	太極拳	月	10:00-11:30	第1競技場	4/11,18,25 5/2,9,16,23,30 6/6,13,20,27	12回/ 3,600円	80名	大会議室 にて受付	4/4(月) 11:00
15歳以上 (学生・生徒は除く)	ヨーガA	水	10:00-11:30	第1競技場	4/13,20,27 5/11,18,25 6/1,8,15,22,29 7/6	12回/ 3,600円	60名	第1競技場 にて受付	4/6(水) 10:00
15歳以上 (学生・生徒は除く)	ヨーガB	月	13:20-14:50	第1競技場	4/11,18,25 5/2,9,16,23,30 6/6,13,20,27	12回/ 3,600円	60名	大会議室 にて受付	4/4(月) 13:30

短期教室



対象	教室名	曜日	時間	場所	日程	回数/ 受講料(税込)	定員	申込受付	
								場所	日程/ 時間
幼児 (5歳・6歳)	子どもバランス教室	水	15:00-16:00	第1競技場	5/11,18,25	3回/ 1,500円	20名	1階ロビー にて受付	5/4(水) 15:00
幼児 (5歳・6歳)	子どもバランス教室	水	15:00-16:00	第1競技場	6/1,8,15,22,29	5回/ 2,500円	20名	1階ロビー にて受付	5/25(水) 15:00
15歳以上	ヨーガA	水	10:00-11:30	多目的室	7/13,20,27	3回/ 900円	20名	1階ロビー にて受付	7/6(水) 10:00
15歳以上	ヨーガB	月	13:20-14:50	多目的室	7/4,11,25	3回/ 900円	20名	1階ロビー にて受付	6/27(月) 13:20
6歳～中学生	夏短期子ども剣道	金	18:00-19:00	第2競技場 2/3面	7/15,22,29	3回/ 900円	20名	1階ロビー にて受付	7/8(金) 18:00
中学生	護身術(合気道)	木	19:00-20:30	第1競技場	8/4,18,25	3回/ 1,500円	15名	1階ロビー にて受付	7/28(木) 19:00

武道館ひびき

住所：豊中市服部西町4-13-2

TEL：06-6864-2288

営業時間：平日、土日祝休日、9:00-21:00

休館日：毎月末日



武道館ひびきホームページ
QRコード

武道館ひびき・スポーツ教室内容

対象	教室名	曜日	内容
15歳以上 (学生・生徒は除く)	剣道A	月	初心者は剣道の礼儀作法と竹刀だけでの基本動作（素振り足で体捌き）から始めます。初級者からは、防具を着用して基本打突を相対動作で行い、心身の鍛錬を目指します。
6歳～中学生	剣道B	火・金	
15歳以上 (学生・生徒は除く)	なぎなた	月	左右対称の全身運動を特徴とし、均衡の取れた身体作りにとっても良い運動です。基本の動きから目標を設定し、一つ一つ技を習得していき、心技体を鍛える事で、美しい姿勢を作ります。
小・中学生	柔道	月・金	発達段階に応じた柔道の指導を適切に行い、健康・安全についての理解を深めます。また、生涯にわたり運動やスポーツを豊かに実践していく為の基礎を培い、健康の保持運動と体力向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てます。
6歳～中学生	空手道	月・木	走る跳ぶ掴む蹴る打つ受ける等の基本的身体活動を攻防の技術として構成し、身体の直接接点、格闘する基本的身体活動をスポーツとしてルールに従い平等の条件の元に個人の力を発揮して優劣を競います。当身技を主体としてスポーツ化されています。
15歳以上 (中学生除く)			
18歳以上	居合道	火	刀の操法として古くから行われている武道の一つです。仮想の相手に対しての形の習得になりますので、年齢や経験に合わせて自分のペースで取り組む事ができ、生涯スポーツとして、親しんでいただけます。
小・中学生	日本拳法	水	突打蹴の博技に対して創案の防具を着装して、安全かつ自由に打ち合って稽古が出来る事が特徴です。人間形成、交流を目的としてルールを守り、礼儀に徹し心身共に健康で忍耐力のある人材育成に努めてまいります。
15歳以上 (中学生除く)			
小・中学生	少林寺拳法	水	教え・技法・教育システムによって、自信と勇気と行動力を慈悲心を持った社会で役立つ人を育てる人づくりの行です。
15歳以上 (中学生除く)			
中学生	合気道	木	動く禅・能の武術的表現と言われ、力を争う事無く和を求めるものです。また、無理のない自然な動きにより、心身の健康・美容・護身等に幅広く活用されています。
15歳以上 (中学生除く)			

対象	教室名	曜日	内容
15歳以上 (学生・生徒は除く)	リズム体操	月	音楽によって有酸素運動を行います。簡単な動きとステップを合わせた教室です。健康の保持・体力の向上を目的としていますので、初めての方にも安心して参加いただけます。
15歳以上 (学生・生徒は除く)	さわやか体操	木	運動が苦手な方にも始めやすい教室です。畳のフロアでタオルを使った運動や、レクリエーション的な運動をして皆で楽しく健康づくりをしています。
15歳以上 (学生・生徒は除く)	太極拳	月	24式太極拳を行っており、年齢・性別を問わず一生続けられる運動です。ゆっくり・のんびり楽しく身体を動かし、初めての方にも安心して参加いただけます。
15歳以上 (学生・生徒は除く)	ヨーガA	水	呼吸と動作を合わせながら、ゆっくり行います。動作中の部分に意識を集中し、一定時間持続する事により、心身の調和を図ります。緊張と弛緩の調和と交代をはっきりさせ、完成された型より、そこへたどり着くまでの過程を大切にします。
15歳以上 (学生・生徒は除く)	ヨーガB	月	
幼児 (5歳・6歳)	子どもバランス教室	水	走ったり、ボールを投げたり、色々な運動をします。大切な成長期に神経を刺激する運動で運動神経を高めます。
中学生	護身術（合気道）	木	合気道の技を使って、危険から身を守る誰にでも出来る護身術を学びます。

《受付方法について》

- ご本人様だけの受付となります。代理受付は出来かねますのでご了承ください。
- 豊中市在住(在勤・在学)の方のみ抽選へご参加いただけます。
※市外の方は受付終了時に定員に達していない場合お申込み頂けます。
- 「抽選日」記載時間の30分前より整理券を配布いたします。
教室参加希望の方は、記載時刻までに整理券をお受け取りください。
- 定員を超えた場合、抽選日記載時刻を過ぎた後の整理券配布は致しかねます。
- 定員に満たない場合は最終開催日まで受付いたします。
- 整理券は、参加者1名につき1枚のみ配布いたします。

《抽選について》

- 各教室の受付締切時刻で定員人数を超えた場合はその場で公開抽選を行います。
- お手元の整理券を紛失しないようご注意ください。
- 定員に達しない場合、整理券をお持ちの方は参加が確定いたします。
- 当選権利の譲渡はできません。

《お申込み方法》

- 整理券（抽選の場合は当選番号）と引き換えに所定のお申込み用紙をお渡しいたします。
- お申込み用紙記入後、受付までご提出いただき参加費用のお支払いをお願いいたします。
- 参加費用の受領をもって受付完了となります。（各教室初回受講時までにお手続きください）

※抽選日時間30分前より1階ロビーにて抽選整理券を配布致します。それ以前に受付致しません。

《キャンセルについて》

- 教室申込を辞退される方は、受付までお申し出ください。
- 教室初回受講までにご入金がない場合はキャンセル扱いとなります。
- ご入金後のキャンセルは受付致しかねます。