

# スポーツと運動なんでも相談

**相談無料!!**

☆コロナ禍で運動不足の方  
♪これからスポーツを始めたい方  
スポーツに関するありとあらゆること  
なんでもご相談下さい!!



○相談は火曜日から日曜日

8時30分から17時15分まで

お気軽にお問い合わせ下さい!

※毎週月曜休館（月曜日が祝日となった場合は翌日休館）

〒509-7205 恵那市長島町中野1269番地の389

まきがね公園体育館内

(TEL) 0573-25-6478

(FAX) 0573-25-7256

(Mail) [tairen@tairen.enat.jp](mailto:tairen@tairen.enat.jp)

公益財団法人  
恵那市体育連盟

# ★各種教室紹介★

## ◆プチ・トシ講習会



★毎週金曜日 10時スタート！  
屋内外週替わりで、様々な運動を体験できます！  
1回 200円！

## ◆中学生トレーニング



★毎週水曜日午後7時スタート！  
本格的なトレーニングを体験し、競技力向上・運動習慣を構築させよう！  
一回 市内 300円・市外 500円！

## ◆まきがね健幸運動教室



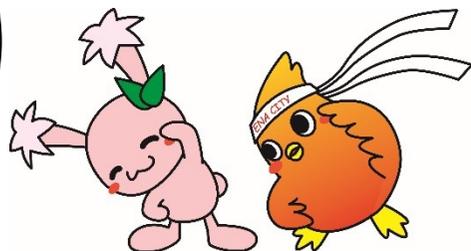
★毎週木曜日 10時スタート！  
生活習慣病を予防し、健康な身体を維持していきませんか！？  
1回 500円！

## ◆トレーニング講習会



★事前予約制  
毎月、利用者の方に安全快適にマシンを使ってもらえるように  
講習会を行います！ 1回 520円！

体連所属の活動団体  
には、様々な種目があるよ！



## 軟式野球



## バスケットボール



## サッカー



## 弓道



- ・ソフトテニス
- ・スケート
- ・バレーボール
- ・スポーツ少年団など

●季節によって様々な教室があります！！！！お気軽にお問い合わせ下さい！！！！