

小さなお子様から
高齢の方まで
楽しめる運動公園

みよし運動公園



三次きんさいスタジアム



MIYOSHI DOME



みよしあそびの王国



運動広場



スケートパーク



陸上競技場

2023年 セイカの **新** スクールのご案内

情報盛り
だくさん!

① サッカースクール **NEW** 毎週月曜日 18:00~19:00

新たに、小学1・2年生対象にサッカーの技術だけでなく、自立心やマナー・コミュニケーション能力などを養います。

- 講師: 木原 利輝(資格:JFA公認C級)
- 対象: 小学1年~2年生
- 受講料/回数: 3,600円/月・1,000円/回
- 定員: 15名
- 場所: 陸上競技場(天然芝)
- 持ち物: 飲み物・タオルなど



② きつず運動教室 **NEW** 毎週水曜日 17:15~18:15

ボール・ラダーなどを使って運動あそびを楽しみながら運動技能を身につけます。

- 講師: 福永 優奈(FIT ME)
- 対象: 年中・年長
- 受講料/回数: 1,000円/回
- 定員: 10名
- 場所: 陸上競技場または会議室
- 持ち物: 飲み物・タオルなど



③ アロマヨガ **NEW** 毎月第2・4水曜日 19:00~20:00

アロマの香りを楽しみながらヨガの呼吸とともに心地よく心と身体を整えます。

- 講師: 福永 優奈(FIT ME)
- 対象: 一般
- 受講料/回数: 1,200円/回 ● 定員: 10名
- 場所: 陸上競技場・会議室
- 持ち物: ヨガマット(お持ちの方) 飲み物・タオル



④ 骨盤調整&トレーニング教室 **NEW** 毎週金曜日 14:00~15:00

骨盤底筋群というインナーユニットを鍛えます。お腹のシェイプ、尿もれ予防、骨盤の歪みの改善を行います。

- 講師: 福永 優奈(FIT ME)
- 対象: 一般
- 受講料/回数: 1,100円/回 ● 定員: 10名
- 場所: 陸上競技場・会議室
- 持ち物: 飲み物・タオルなど



⑤ 陸上教室 **NEW** 毎週金曜日 18:00~19:00

中学生・高校生・一般を対象とした競技力向上のための教室です。それぞれに合わせた練習を行います。

- 講師: 上野 隆・出口 彰(三次市陸上競技協会)
- 対象: 中学生・高校生・一般
- 受講料/回数: 500円/回
- 定員: 15名
- 場所: 陸上競技場
- 持ち物: 飲み物・タオルなど



⑥ 硬式テニススクール **NEW** 5/2(火)・6/29(木)・7/18(火) 9/26(火)・10/31(火)・2/29(木)

〈基礎クラス 9:30~11:00〉様々なショットを基礎からしっかり習得します。
〈実践クラス 11:30~13:00〉実践に役立つショットのレベルアップを目指します。

- 講師: やすいそ庭球部コーチ
- 対象: 一般
- 受講料/回数: 2,200円/回
- 定員: 各クラス8名
- 場所: MIYOSHI DOME・屋内コート
- 持ち物: 飲み物・タオルなど



売店



当社はボントアンアメ・アイスクリームでご愛顧をいただいておりますセイカグループです。陸上競技場・管理事務所にて、「南国白くまアイス」好評発売中!

※表示価格は税込です。