

キッズ

>>

ジュニア

>>

一般

>>

シニア

M's English  
キッズサークル

初めてのテニス  
スナックゴルフ

初めてのバスケ  
ヨット教室 水泳

卓球  
スキー

リフレッシュヨーガ  
誰にでもできるヨーガ  
簡単エアロ美&ストレッチ

健康体操  
健康運動

メンズ運動  
シニア卓球



キッズサークル

未就学児  
キッズサークル 隔週土曜日  
10:00~11:00 コンテ日吉  
3歳~小学3年生  
M's English 隔週土曜日  
11:15 ~ 12:15 コンテ日吉

各種スポーツ

小学生  
ジュニアバスケ 隔週火曜日 19:00~20:30  
会場: 七飯町藤城小学校  
スナックゴルフ 隔週土曜日 10:30~12:00  
会場: あかまつ公園  
初めてのテニス 隔週土曜日 13:30~15:00  
会場: あかまつ公園  
初めての卓球 (4月~9月はお休みにいたします)  
10月から 毎週土曜日 14:30~16:00 コンテ日吉で開催予定  
ご迷惑をおかけしますが、卓球開放をご利用ください。

ヨーガ・エアロビ

ヨーガ教室  
リフレッシュヨーガ 毎週月曜日 19:00~20:30  
会場: 昭和小学校  
誰にでもできるヨーガ 毎週水曜日 19:30~20:30  
会場: コンテ日吉  
フィットネス教室  
簡単エアロ美 & ストレッチ 毎週木曜日 19:30~20:30  
会場: コンテ日吉

健康体操・運動

『介護・寝たきり予防運動』  
健康維持&増進の為に運動や体操です。  
健康体操 (石川教室) 毎週月曜日  
10:30~11:30 ベーネ函館悠楽1階  
(日吉教室) 毎週火曜日  
13:30~14:30 コンテ日吉  
健康運動 (日吉教室) 毎週金曜日  
10:30~11:30 コンテ日吉  
メンズ運動 (日吉教室) 毎週金曜日  
13:30~14:30 コンテ日吉  
曜日と時間が変わります  
シニア卓球教室 毎週土曜日  
13:00~14:30 コンテ日吉

※開催日などはイベントカレンダーまたはホームページでご確認ください。

講師陣



ボランティアスタッフ募集

- スポーツ教室の指導助手
- スポーツ教室の受付業務

※少しですが交通費など支給いたします。

出前教室いたします!

- 未就学児対象の運動教室
- 小学生のための運動教室
- P T A活動における運動活動

専門の指導スタッフを派遣いたします。  
費用は事務局へご相談ください。

私たちは「ミスポはこだて」を応援しています

株式会社タウン企画・(有)鹿野自動車钣金塗装工業・(株)函館ジーワイ・(有)大吉土地建物・(株)エル技術コンサルタント・山口工業・坂本農園・ski pro shop EBISU・(株)ステップホーム

協賛

真昭工建・エスアイエス北海道・エスアイエス北海道・杉岡英明税理士事務所・グローバルホーム(株)・メディアシステム(株)・ジンギスカンテムジン・潮産業(株)・東興アイテック(株)  
(有)ティーアンドパルス・亀谷土地家屋調査士事務所・都市電気(株)・高橋農園・池田建設設備設計事務所・和崎興業・エコー保険(株)・(株)ヤマトイシハタ・フツタ設備技研(株)・成沢機器(株)  
(株)北雄産業・(株)佐藤エネルギー・(株)定免工業・(株)エジソンブレイン・(有)荒谷設備工業・西岡設備設計室・(有)トクエンジニアリング ヒライ・(株)オールシフト・スーパースポーツゼビオ函館店

後援：函館市・函館市教育委員会