

参加費
無料

UNIVERSAL Sports でつながるみんなの輪 くらよしスポーツ教室

くらよしスポーツ教室は、スポーツを通じて障がいのある方、ない方が一緒に楽しむことを目的としており、初心者の方でも気軽に参加していただけます。
いろんな「つながり」を作ってみんなでスポーツを楽しみましょう

教室一覧

YOGA ヨガ教室

これからヨガを始めたい方、体を動かしたい方を中心としたヨガ教室を行います。

- 日程 月曜日 (月2回)
- 会場 スポーツセンター2F研修室
- 時間 18:00-19:00
- 定員 10名程度



講師 佐野 真未 先生
(ヨガ ~カウムディ~)

New Sports ニュースポーツ教室

モルックやポッチャなど、ニュースポーツを中心に行います。体力に自信がない方でも参加できます。

- 日程 金曜日 (月2回)
- 会場 体育センター
- 時間 10:00-11:30
- 定員 20名程度



講師 杉谷 哲治 先生
(サンリンク・スポーツ)

Ground golf グラウンドゴルフ教室

屋内グラウンドゴルフの基本的な練習から、試合までを行います。車いす用のクラブもあります。

- 日程 木曜日 (月1回)
- 会場 体育センター
- 時間 10:00-12:00
- 定員 20名程度



講師 福永 幸男 先生
(鳥取県障がい者グラウンド・ゴルフ協会)

Table tennis 卓球教室

卓球の基本的な技術を学びます。初めての方でも参加できます。

- 日程 日曜日 (月2回)
- 会場 スポーツセンター体育館
- 時間 10:00-11:30
- 定員 20名程度



講師 鳥取県障がい者卓球協会

教室スケジュール

2023年 6月						
月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

7月						
月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

8月						
月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9月						
月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

10月						
月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

11月						
月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

12月						
月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2024年 1月						
月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

2月						
月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

3月						
月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

- ヨガ
- ニュースポーツ
- 室内グラウンド・ゴルフ
- 卓球