

行事報告

長野県中学校総体柔道競技



長野県中学校総体剣道競技



全日本学生なぎなた選手権大会



武道館だより

少林寺拳法長野県大会



長野県ジュニア空手道選手権大会



第11号

長野県立武道館

〒385-0011
佐久市猿久保165-1
・TEL 78-5370
・FAX 78-5390
・営業時間
9:00~21:00
・休館日
毎月第1・3月曜日
(祝日の場合は翌日が休館日)

10・11・12月行事予定

- 10月7日 長野県マーチングコンテスト・マーチング大会
- 8日 第44回佐久地区少年剣道錬成大会
- 9日 第11回佐久平マーチングバンド発表会
- 17~19日 柔道技能・指導法講習会
- 21日 はっぴ〜フェスタ
- 22日 第6回歩行ケア市民セミナー
第42回県実業団/女子柔道大会・形競技大会
第32回長野県武術太極拳選手権大会
- 28~29日 中学校新人体育大会東信地区大会剣道競技
少林寺拳法指導者研修会
- 11月3~4日 県高校新人戦柔道競技
- 5日 広域佐久っ子剣道交流大会
第35回佐久市柔道選手権大会
- 9~11日 県高校新人戦卓球競技
- 11~12日 合気道佐久道場有段者講習会
- 12日 第33回佐久市空手道選手権大会
- 18~19日 県高校新人戦剣道大会
- 18~19日 県柔道連盟B指導員養成講習会
- 23日 甲信空手道選手権大会
- 25日 東信柔道連盟昇段審査会
県柔道連盟B指導員養成講習会
- 26日 第28回ブルーミングR,G新体操発表会
第7回全国競技かるた信州大会
- 12月2~3日 2023日本RF武道空手道選手権大会
- 3日 第31回中学校新人柔道団体優勝大会
- 10日 第56回全日本剣道選手権大会
長野県柔道連盟安全講習会
- 16日 ポッチャ競技大会東信大会
- 17日 第7回全国競技かるた大会
- 24日 ブルーミングCUP



イベントのお知らせ

はっぴ〜フェスタin武道館
10/21(日)10:00~15:00開催
人気のワークショップやキッチンカーが
武道館に集結します。
大人気『エア〜遊具』も登場♪
お菓子のつかみどりもあります。
入場無料となっております。お気軽にご来場ください。



教室紹介

【夜のリラックスyoga】

初心者向け
開催日:隔週火曜日
時間:19:30~20:45
料金:1回700円
定員:15名
事前予約優先

※開催日につきましては
武道館ホームページの
教室カレンダーをご覧ください。

〜初心者向け〜
夜のリラックスyoga
火曜日 19:30 ~ 20:45

呼吸とともに様々なポーズを無理なく行い、自律神経の働きを整え、柔軟性UP・リフレッシュ効果・心身リラックス効果が期待できる初心者向けヨガです。マットレスは貸出無料です。

対象:中学生以上
参加定員:15名
料金:1回700円
事前予約優先
予約開始日:毎月25日から
※開催日については武道館ホームページの教室カレンダーをご覧ください。

長野県立武道館
佐久市猿久保165-1
☎ 0267-78-5370
営業時間 9:00~21:00
休館日 第1・第3月曜日/年末年始