

和歌山ビッグ愛・ビッグホエール・ビッグウエーブ 1月催事案内

<p>5(金) ~8(月)</p> <p>ビッグ愛大ホール</p> <p>入場無料</p>	<p>神絵祭</p> <p>■時間 11:00~19:00 (5日 14:00から / 8日 18:00まで) ■主催 アールビバン(株) 03-5783-7319</p>	<p>8(月)</p> <p>ビッグホエール</p> <p>入場無料</p>	<p>第5回パンダ杯 全国高等学校空手道形競技錬成大会</p> <p>■時間 9:15~ ■主催 近畿高等学校体育連盟空手道専門部 0737-83-2155 (和歌山県立箕島高等学校 井本)</p>
<p>13(土)14(日)</p> <p>ビッグホエール・ビッグウエーブ</p> <p>入場無料</p>	<p>第7回 全日本小学生東西対抗ソフトテニス大会</p> <p>■時間 13日 12:00~ / 14日 8:15~ ■主催 西日本小学生ソフトテニス連盟 090-1909-4718 (和歌山県小学生ソフトテニス連盟 塩路)</p>	<p>14(日)</p> <p>ビッグウエーブ</p> <p>入場無料</p>	<p>第36回 近畿小学生バドミントン大会</p> <p>■時間 9:00~ ■主催 近畿小学生バドミントン連盟 090-3056-9798 (和歌山県小学生バドミントン連盟 寺村)</p>
<p>15(月)</p> <p>ビッグ愛展示ホール</p> <p>入場無料</p>	<p>令和5年度 和歌山県ボランティアフォーラム</p> <p>■時間 13:30~15:30 ■主催 和歌山県ボランティア連絡協議会 073-435-5220</p>	<p>16(火)</p> <p>ビッグ愛大ホール</p> <p>関係者のみ</p>	<p>安全大会</p> <p>■時間 18:00~ ■主催 アズマハウス(株) 073-475-1018</p>
<p>17(水)</p> <p>ビッグ愛展示ホール</p> <p>関係者のみ</p>	<p>いきいきシニアリーダーカレッジ和歌山校</p> <p>■時間 13:30~15:30 ■主催 (社福)和歌山県社会福祉協議会 073-435-5214</p>	<p>18(木)</p> <p>ビッグ愛6階スポシムルーム</p> <p>有料</p>	<p>ヨガストレッチとリズム体操</p> <p>■時間 10:00~11:00 ■主催 (公財)和歌山県スポーツ振興財団 073-435-5200</p>
<p>19(金)</p> <p>ビッグ愛展示ホール</p> <p>入場無料</p>	<p>ウィッグユキ 展示会</p> <p>■時間 10:00~16:00 ■主催 (株)ユキ 0120-20-3020</p>	<p>20(土)</p> <p>ビッグ愛大ホール</p> <p>事前申込み</p>	<p>和歌山県男女共同参画センター“りいぶる”25周年記念事業 小島慶子さん講演会</p> <p>■時間 13:30~15:35 ■主催 和歌山県・NPO法人和歌山eかんぱにい 073-435-5245</p>
<p>21(日)</p> <p>ビッグ愛展示ホール</p> <p>入場無料</p>	<p>第4回 日中活動事業所による 事業所合同説明会</p> <p>■時間 13:30~16:00 ■主催 和歌山市 自立支援協議会 就労部会事務局 073-435-1060</p>	<p>21(日)</p> <p>ビッグホエール</p> <p>入場無料</p>	<p>第12回きのくにオープン 小学生バドミントン大会</p> <p>■時間 9:00~ ■主催 和歌山県小学生バドミントン連盟 090-3056-9798 (和歌山県小学生バドミントン連盟 寺村)</p>
<p>23(火)</p> <p>ビッグ愛大ホール</p> <p>入場無料</p>	<p>塾教材 展示会</p> <p>■時間 11:00~15:00 ■主催 (有)帯伊書店 073-422-0441</p>	<p>24(水)</p> <p>ビッグ愛大ホール</p> <p>招待制</p>	<p>全国健康保険協会和歌山支部 集団健診</p> <p>■時間 9:00~16:30 ■主催 全国健康保険協会和歌山支部 073-435-0224</p>
<p>24(水) ~25(木)</p> <p>ビッグ愛展示ホール</p> <p>招待制</p>	<p>2024アタックフェアin和歌山</p> <p>■時間 24日 13:00~19:00 / 25日 10:00~16:00 ■主催 日東工器(株) 06-6973-5501</p>	<p>29(月)</p> <p>ビッグ愛大ホール</p> <p>事前申込み</p>	<p>和歌山県子供食堂トップセミナー</p> <p>■時間 13:30~15:30 ■主催 和歌山県 073-441-2493</p>

※催事内容等については主催者に直接お問合せください。

施設 お問い合わせ先 ■和歌山ビッグ愛
和歌山市手平2-1-2 TEL. 073-435-5200

■和歌山ビッグホエール 武道体育センター和歌山ビッグウエーブ
和歌山市手平2-1-1 TEL. 073-433-0035

バランスボール★ エクササイズ

1月11日・1月25日（木）

10:00～10:45

フィットネス・ストレッチ

ピラティス・ヨガトレーニングが
合わさった充実の45分!!!

【場 所】和歌山ビッグ愛6階スポシムルーム

【講 師】KANA先生

【定 員】各10名(先着順)

【参加料】1回1,000円

【持ち物】ヨガマット・飲み物

【お問合せ・お申込み】和歌山ビッグ愛



ストレッチとリフレクソロジー(フットマッサージ)で
全身の血行を良くし 老廃物の排出・むくみ改善に!

リフレ×ストレッチ

1月11日・1月25日(木)

15:00～16:00

【場 所】和歌山ビッグ愛
6階スポシムルーム

【講 師】山本 小百合先生

【定 員】各20名(先着順)

【参加料】1回1,500円

【持ち物】ヨガマット、飲み物

【お問合せ・お申込み】和歌山ビッグ愛



夜の月いちヨガ

皆様の声にお応えして「月いちヨガ」夜開催します!



1月13日(土)

19:00～20:00

【場 所】和歌山ビッグ愛
6階スポシムルーム

【講 師】井田 真美先生

【定 員】25名(先着順)

【参加料】1,200円

【持ち物】ヨガマット・飲み物

【お問合せ・お申込み】

和歌山ビッグ愛

和歌山県 主催事業

国民健康保険の被保険者の方、限定

参加者募集!

無料

健康運動教室 ～自分の健康は 自分でつくろう～

ウォーキングからはじめる健康づくり

講師	茶野 裕史先生 (Soccer Plus Management)	
場所	和歌山県立体育館 本館 和歌山市中之島 2238 TEL:073-422-4108	和歌山ビッグウエーブメインアリーナ 和歌山市手平 2-1-1 TEL:073-433-0035
日程	1/10、17、24、31、2/7、14、3/6	1/16、23、30、2/6、13、20、3/5、12
	いずれも水曜日の 14:00～15:00	いずれも火曜日の 19:00～20:00

健康体操

講師	公益財団法人和歌山県スポーツ振興財団 職員	
場所	和歌山ビッグ愛 6F スポシムルーム 和歌山市手平 2-1-2 TEL:073-435-5200	和歌山ビッグウエーブ 和歌山市手平 2-1-1 TEL:073-433-0035
B日程	1/22、29、2/5、19、26、3/4、11、18	1/11、18、25、2/8、15、29、3/14、21
	いずれも月曜日の 13:30～14:30	いずれも木曜日の 13:30～14:30

※各種目持ち物 運動のできる服装・上靴、タオル、飲み物
 ※各種目定員 各種目とも先着25名
 ※申し込み方法 下のQRコードまたはメールが電話でお申し込みください
 各運動種目とも、途中からご参加いただけます



メールアドレス
 sposhinzigyou@wakayamasposhin.or.jp
 運動種目・氏名・住所・生年月日を入力してください。
 運動種目は複数選ぶことができます。
 電話 073-433-0035

※いただいた個人情報には、適正に管理し、この事業以外で使用することはありません。

【主催】
和歌山県 国民健康保険課

【お問合せ先】
 受託機関：(公財)和歌山県スポーツ振興財団 事業振興課
 Mail: sposhinzigyou@wakayamasposhin.or.jp
 TEL:073-433-0035 FAX:073-433-4181