

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>4(日) 5(月)</p> <p>全国U18選抜 バスケットボール吉宗大会</p> <p>ビッグホエール</p> <p>入場無料</p> <p>■時間 8:00～(4・5両日とも) ■主催 吉宗杯実行委員会 0736-62-2117(那賀高校・片嶋)</p>	<p>9(金)</p> <p>スツキリのびのび健康体操</p> <p>ビッグ愛6F スポシムルーム</p> <p>有 料</p> <p>■時間 13:30～14:30 ■主催 (公財)和歌山県スポーツ振興財団 073-435-5200(和歌山ビッグ愛)</p>
<p>10(土)</p> <p>アスレチックアカデミー (小学生対象)</p> <p>ビッグウエーブ</p> <p>有 料</p> <p>■時間 13:30～15:00 ■主催 (公財)和歌山県スポーツ振興財団 073-433-0035(和歌山ビッグホエール・ビッグウエーブ)</p>	<p>11(日)</p> <p>第7回パンダ杯全国高等学校 空手道形競技錬成大会</p> <p>ビッグホエール</p> <p>入場無料</p> <p>■時間 8:00～20:00 ■主催 和歌山県高等学校体育連盟 空手道専門部 0739-47-1004(熊野高校・宮地)</p>
<p>12(月・祝)</p> <p>ニュースポーツ教室 (モルック)</p> <p>ビッグウエーブ</p> <p>有 料</p> <p>■時間 9:00～12:00 ■主催 (公財)和歌山県スポーツ振興財団 073-433-0035(和歌山ビッグホエール・ビッグウエーブ)</p>	<p>16(金)</p> <p>安全大会</p> <p>ビッグ愛大ホール</p> <p>関係者のみ</p> <p>■時間 18:00～19:00 ■主催 アズマハウス株式会社 073-475-1018</p>
<p>17(土)</p> <p>第6回 日中活動事業所による 事業所合同説明会</p> <p>ビッグ愛展示ホール</p> <p>入場無料</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>18(日)</p> <p>令和7年度 和歌山県 美術展覧会・ジュニア県展 作品返却</p> <p>ビッグ愛展示ホール</p> <p>関係者のみ</p> <p>■時間 10:00～15:00 ■主催 和歌山県 073-441-2050</p>
<p>18(日)</p> <p>第4回紀の国住宅杯 小学生バレーボール交流大会</p> <p>ビッグホエール</p> <p>入場無料</p> <p>■時間 9:20(開会式) ■主催 新南少年少女バレーボールクラブ 090-8983-6785(小池)</p>	<p>21(水)</p> <p>令和7年度新任民生委員・児童委員研修会 (和歌山市ブロック)</p> <p>ビッグ愛大ホール</p> <p>関係者のみ</p> <p>■時間 9:30～15:50 ■主催 和歌山県・和歌山市 和歌山県民生委員児童委員協議会 和歌山市民生委員・児童委員協議会 073-435-5230</p>
<p>25(日)</p> <p>第14回和歌山ビッグホエール 全国高等学校空手道大会</p> <p>ビッグホエール</p> <p>入場無料</p> <p>■時間 8:00～20:00 ■主催 和歌山県高等学校体育連盟 空手道専門部 0739-47-1004(熊野高校・宮地)</p>	<p>26(月)</p> <p>つながるWA展とありがとう循環運動のキックオフ 企業連携タイプのエピソード大会</p> <p>ビッグ愛展示ホール</p> <p>関係者のみ</p> <p>■時間 13:30～17:30 ■主催 和歌山県こども食堂応援ネットワーク 073-435-5224</p>
<p>27(火)</p> <p>塾教材 展示会</p> <p>ビッグ愛大ホール</p> <p>入場無料</p> <p>■時間 11:00～15:00 ■主催 (有)帯伊書店 073-422-0441</p>	<p>31(土)</p> <p>徳島文理大学 車いす避難サポーター養成講座</p> <p>ビッグ愛大ホール</p> <p>事前申し込み</p> <p>■時間 ①10:00～11:30 ②13:00～14:30 ■主催 徳島文理大学 088-602-8261</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

イベント案内



呼吸と体幹を意識したバランスポーズで
コア（体幹軸）を鍛えましょう

コアバランスヨガ

1月15日 / 1月29日

10:00～11:00（木曜日）



不調の始まりは姿勢の歪みから！
コアを鍛えて姿勢を改善しましょう
腸内環境を整えアンチエイジングにも
繋がります！

【場 所】和歌山ビッグ愛 6階スポシムルーム
【参加料】各回1,200円 【講 師】辻須美代先生
【定 員】各25名（先着順） 【持ち物】ヨガマット、飲み物
※無料貸出ヨガマットあります

夜の月いちヨガ

1月17日（土曜日）
19:00～20:00

皆様の声にお応えして
「月いちヨガ」
夜開催します！

【場 所】和歌山ビッグ愛 6階スポシムルーム

【参加料】1,200円

【講 師】井田 真美先生 【定 員】25名（先着順）

【持ち物】ヨガマット※無料貸出ヨガマットあります・飲み物

指導協力:Soccer Plus Management/ CANVAS キカク

脳と体を鍛えるライフキネティックに挑戦！

アスレチック アカデミー

～集中力 up・学力 up・運動神経 up・社会性 up の4up 効果～

運動に苦手意識を持っていたても大丈夫！

失敗は成長するために大切です

失敗から学び、失敗を楽しむチャレンジ精神あふれる子どもを育てる
楽しいメニューがいっぱいです

参加者の保護者の方、骨密度測定できます！ 13:00～13:30

骨密度測定は、骨の密度測定する検査で、骨粗しょう症や骨折のリスク評価に役立ちます
いつまでも元気で過ごせるように、美味しいものを美味しくいただくために
この機会に“自分”を知ってみませんか？

【日 時】令和 8 年 1 月 10 日（土）13:30～15:00

【場 所】和歌山ビッグウエーブ 武道場

【対 象】小学生 【参加料】900 円 【定 員】30 名（先着順）

【持ち物】動きやすい服装、上ぐつ、タオル、飲み物

【指導者】CANVAS キカク 花澤 晃宏 先生

【お申込み】12/8（月）13:00～ 定員に達するまで

下記のお問合せ先に電話申込み

※参加料は当日 1/10 受付でお支払いください

【お問合わせ】

和歌山ビッグホール

TEL:073-433-0035



公益財団法人
和歌山県スポーツ振興財団

協賛: meiji

株式会社スリーナイス・ササカ商事株式会社

ニュースポーツ教室 第3弾

モルック



令和 8 年 1 月 12 日（月祝）

10:00～11:30（受付 9:30～）

【会 場】和歌山ビッグウエーブ 武道場

【参加料】500 円

【定 員】30 名

【持ち物】運動のできる服装、上靴、飲み物、
汗拭きタオル

【申込み】12/15（月）～下記のお問合せ先に電話申込み（先着順）

※参加料は当日受付でお支払いください。

【指 導】高井直美（公益財団法人和歌山県スポーツ振興財団）

「モルック」ってどんなの？ 初めての人も大丈夫！めちゃ楽しい～！

フィンランドの伝統的なゲームを元に開発された新感覚スポーツです。

激しい運動をする必要がなく、誰もが楽しめ、また、椅子に座りながらでも一緒に楽しめます。

シンプルなルールで誰でも気軽に遊べる一方、相手チームとの駆け引きや戦略、コミュニケーションも
大切になってくるため非常に奥の深いゲームです。

※裏面に簡単なルール説明を記載していますのでご覧ください

【お問合わせ】

和歌山ビッグホール TEL:073-433-0035



公益財団法人
和歌山県スポーツ振興財団

【和歌山ビッグ愛】TEL073-435-5200

【和歌山ビッグホール・ウエーブ】TEL073-433-0035

【主催】（公財）和歌山県スポーツ振興財団

