

堀川分館 1月展示（一般）：冬の室内でお手軽運動

展示期間：平成29年1月5日（木）～1月31日（火）

	タイトル	著者	出版社	出版年	分類
1	すぐひけるヨガポーズパーフェクトバイブル	Makoto 著・指導	ナツメ社	2015. 10	498. 34
2	かたくなったカラダをゆるめる和みのヨーガ	ガンダーリ松本 著	PHPエディターズ・グループ	2014. 4	498. 34
3	YOGAポーズ大全	Satori Sankara 監修	成美堂出版	2015. 6	498. 34
4	バランスボール基本のレッスン	中野 ジェームズ修一/監修	主婦の友社	2008. 9	595. 6
5	バランスボールトレーニング	飯島 庸一/技術監修	コスミック出版	2008. 5	780. 7
6	いちばんよくわかるストレッチの教科書	山本 利春/監修	新星出版社	2015. 9	781. 4
7	いや!というほど体がかたい人のためのらくらくストレッチ体操	小林/邦之 著	新星出版社	2014. 6	781. 4
8	大人のタオルストレッチ	野口/克彦 監修	主婦の友社	2013. 12	781. 4
9	かんたん!よく効く!2ポーズストレッチ	岡部/友 著	学研パブリッシング	2014. 9	781. 4
10	きくち体操	菊池/和子 著	いきいき株式会社出版局	2013. 2	781. 4
11	これ1冊できちんとわかるピラティス	新井/亜樹 監修	マイナビ	2015. 4	781. 4
12	脂肪燃焼体質にカラダを変える体質改善ストレッチ	岡田/隆 著	ナツメ社	2014. 4	781. 4
13	図解本当はすごい「ラジオ体操」健康法	湯浅 景元/監修	中経出版	2007. 7	781. 4
14	ストレッチの基本	ストレッチ専門店スリーエス 監修	主婦の友社	2014. 8	781. 4
15	体幹力アップ!くびれをつくる!1日5分!「座ってピラティス」	沢田 美砂子/著	講談社	2012. 9	781. 4

堀川分館 1月展示（一般）：冬の室内でお手軽運動

展示期間：平成29年1月5日（木）～1月31日（火）

	タイトル	著者	出版社	出版年	分類
16	美人の骨盤	BASIピラティス/監修		2012. 2	781. 4
17	らくらくリンパ体操	前新/マミ 著	高橋書店	2015. 5	781. 4
18	バドミントン練習法&上達テクニック	大屋/貴司 監修	実業之日本社	2013. 2	783. 59
19	バドミントン練習メニュー200	舛田 圭太/監修	池田書店	2011. 7	783. 59
20	卓球スピードマスター	秋葉/龍一 著	新星出版社	2014. 9	783. 6
21	卓球3ステップレッスン 1	大橋/宏朗 著	卓球王国	2013. 6	783. 6
22	健康太極拳エクササイズ	雨宮 隆太/著	ベースボール・マガジン社	2010. 11	789. 27
23	八十八式太極拳	武 冬/編著	光陽出版社	2011. 11	789. 27
24	楊名時太極拳二十四式	鈴木/孝雄 著	文芸社	2014. 5	789. 27
25	はじめてのベリーダンス		イカロス出版	2014. 5	799

堀川分館 1月展示（児童）：冬の室内でお手軽運動

展示期間：平成29年1月5日（木）～1月31日（火）

	タイトル	著者	出版社	出版年	分類
1	新・苦手な運動が好きになるスポーツのコツ 1～3 ダンス・剣道・柔道		ゆまに書房	2013. 3	780
2	低学年からのスポーツ・ルール 3	全日本子どもスポーツ連盟 編著	汐文社	2015. 3	780.36
3	できる!スポーツテクニック 5 卓球		ポプラ社	2010. 3	780. 8
4	できる!スポーツテクニック 10 柔道		ポプラ社	2010. 3	780. 8
5	ラジオ体操でみんな元気! 1～3	青山 敏彦/監修	汐文社	2011. 9	781. 4
6	体操	こどもくらぶ/編	ほるぷ出版	2008. 11	781. 5
7	できたよ、とび箱・マット	行本 浩人/監修	ベースボール・マガジン社	2011. 12	781. 5
8	はじめよう!器械運動	向井/忠義 監修	ベースボール・マガジン社	2014. 5	781. 5
9	かこさとしあそびずかん ふゆのまき	かこ/さとし 文・絵	小峰書店	2014. 12	781. 9
10	できたよ、なわとび	太田 昌秀/監修	ベースボール・マガジン社	2011. 10	781.95
11	バドミントン	こどもくらぶ/編	ほるぷ出版	2007. 12	783. 59
12	やろうよバドミントン	能登/則男 著	ベースボール・マガジン社	2014. 8	783. 59
13	卓球	こどもくらぶ/編	ほるぷ出版	2007. 1	783. 6
14	やろうよ卓球	近藤/欽司 共著	ベースボール・マガジン社	2014. 10	783. 6
15	さあ、はじめよう!日本の武道 1～3 柔道・剣道・相撲	こどもくらぶ/編	岩崎書店	2010. 10	789

堀川分館 1月展示（児童）：冬の室内でお手軽運動

展示期間：平成29年1月5日（木）～1月31日（火）

	タイトル	著者	出版社	出版年	分類
16	少年柔道	鮫島 元成/監修	アリス館	2009. 2	789. 2
17	少年柔道基本げいこ	中西 英敏/著	大泉書店	2009. 8	789. 2
18	基本をきわめる!空手道 1～4	全日本空手道連盟/監修	チャンプ	2011. 2	789. 23
19	ジュニア極真空手入門	盧山 初雄/著	ナツメ社	2007. 4	789. 23
20	小学生の勝つ剣道苦手克服の強化書	鈴木/剛 監修	メイツ出版	2016. 5	789. 3
21	少年剣道	田口 栄治/監修	アリス館	2009. 3	789. 3
22	少年剣道基本げいこ	榎本 松雄/監修	大泉書店	2009. 1	789. 3
23	少年弓道	窪田 史郎/監修	アリス館	2009. 4	789. 5
24	はじめよう!ダンス	田巻/以津香 監修	ベースボール・マガジン社	2014. 7	799
25	めざせ!ダンスマスター 1～3		岩崎書店	2012. 4	799