

しぶかわスポーツクラブだより

詳細は
裏面右へ！

「暮らしの中に、スポーツを！」

Vol.17

2021. 10. 15 発行

もみじウォーキングを開催します！



連絡
事項

- ◎群馬県のコロナ警戒度が「4」になった場合は、全教室を中止とします。
 - ◎教室中止の場合は、休止期間に応じて会員有効期限を延長します。
 - ◎各教室に定員を設けておりますので、必ず電話（0279-26-3009）またはクラブ事務局でお申し込みください。
- ※ご不明な点は、ホームページまたはクラブ事務局までお問い合わせください。

【 11月の教室プログラム 】



太極拳教室 成人～高齢者向け
(1・15日) 10:00～11:00
赤城スポーツセンター2階



月

バドミントン教室 高校生～中高年齢者向け
(10・17・24日) 19:00～21:00
伊香保体育館



水

バランスボール教室 成人～高齢者向け
(22・29日) 13:30～14:30
子持社会体育館会議室



バドミントン教室 成人～中高年齢者向け
(8・15・22・29日) 19:00～21:00
子持社会体育館サブアリーナ



ノルディックウォーキング教室 成人～高齢者向け
(4・11・25日)
①9:00～10:00 ②10:00～11:00
子持ふれあい公園



木

護身術教室 成人～高齢者向け
(2・9・16・30日) 10:30～11:30
渋川市民体育館



火

親子教室 3歳～小学2年生の親子向け
・空手道 (4・18日) 17:00～18:00 子持社会体育館サブアリーナ
・リズムダンス (11・25日) 16:30～17:30 赤城スポーツセンター2階
♪親子で Let's ダンシング♪



New!



親子運動あそび教室 3歳～小学生の親子向け
(2・9・16・30日) 16:30～17:30
渋川市民体育館



貯筋運動教室 成人～高齢者向け
(10・17・24日) 15:30～16:30
クラブハウス2階



水

リラックスヨガ教室 成人～高齢者向け
(10・17日) 19:00～20:00
クラブハウス2階



スポレック教室 小学4年生～高齢者向け
(10・17・24日) 19:00～20:00
北橋中学校体育館

バドミントン教室 小学3年～中学生向け
(4日) 19:00～21:00
子持社会体育館サブアリーナ



さいかつボール教室 小学4年生～高齢者向け
(11・25日) 19:30～21:30
赤城スポーツセンターアリーナ

スポーツウエルネス吹矢教室 成人～中高年齢者向け
(12・19日) 10:00～12:00
子持社会体育館サブアリーナ



金

軽スポーツ教室 成人～高齢者向け
(5・12・19・26日) 10:00～12:00
渋川市民体育館



金

けいらくピクス教室 成人～中高年齢者向け
 (5・19日) 10:00～11:00
 赤城スポーツセンター2階

chi ボールトレーニング教室
 成人～中高年齢者向け
 (12日) 10:00～11:00
 赤城スポーツセンター2階

chi ボール de ボディケア教室
 成人～高齢者向け
 (5・19日) 11:15～12:15
 赤城スポーツセンター2階

ウォークエクササイズ教 成人～中高年齢者向け
 (12日) 11:15～12:15
 赤城スポーツセンター2階

ステップエアロ教室 成人～高齢者向け
 (26日) 11:00～12:00
 クラブハウス2階



ダンベル健康体操教室 成人～高齢者向け
 (5・12・19・26日) 13:00～15:00
 クラブハウス2階



キッズサッカー教室
 年中～小学2年生向け
 (6・13・20・27日) 9:00～10:00
 赤城総合公園多目的広場



土

スポーツチャンバラ教室 小学生～大人向け
 (13・27日) 14:00～15:00
 赤城スポーツセンター2階



ボール de コアトレ教室 成人～中高年齢者向け
 (13・27日) 17:00～18:00
 クラブハウス2階

パワーエクササイズ教室 成人～中高年齢者向け
 (13・27日) 18:15～19:15
 クラブハウス2階



※会場が変更になっている教室があります。再度、ご確認ください。



秋のウォーキングイベント情報

もみじウォーキング



ワシノ巣風穴・むし湯跡・見晴展望台コース

日 時 11月18日(木)

午前9時～正午

集合出発 伊香保森林公園大駐車場

参加費 無料

定員 20名(先着順)

申込期間 10月22日～11月17日

※申し込み、問い合わせは、クラブ事務局までお願いいたします。



【派遣教室のご案内】

みんなでスポーツしませんか？

しぶかわスポーツクラブでは、自治会やサークル、企業などの団体にスポーツ教室の指導者派遣を行っています。

親子でできるレクリエーションや軽スポーツなどの色々なプログラムがあります。

詳細は、クラブ事務局までお願いします。
 (☎：0279-26-3009)

派遣教室(赤城自然園主催)

①ダンベル健康体操

日時 11月15日(月) 10時～12時

②親子運動あそび

日時 11月21日(日) 10時～12時

※申し込み・問い合わせは、赤城自然園まで
お願いします。



(公財) 渋川市まちづくり財団
 しぶかわスポーツクラブ

〒377-0002 渋川市中村 830-5

中村緑地公園管理事務棟内

電話：0279-26-3009

※日曜・祝日はお休みです。



ホームページは
 こちらから！

しぶかわスポーツクラブ会員募集中！！

- ①年会費
- ・A会員(19歳以上64歳以下): 2,000円
 - ・S会員(3歳以上18歳以下及び65歳以上): 1,000円
 - ※市内在住、在勤、在学以外の方は上記の料金プラス500円
 - ・団体会員(会社、自治会、サークル等の団体): 3,000円
- ②受講券
- ・A会員(5枚セット: 1,000円、11枚セット: 2,000円)
 - ・S会員(6枚セット: 1,000円、12枚セット: 2,000円)
 - ・体験用の受講券(200円)もあります。
- ③受講方法
- ・会員: 1枚/1時間、非会員: 2枚/1時間の受講券

新規入会・更新
 特典実施中！
 詳しくは、クラブ
 事務局まで！