

しぶかわスポーツクラブだより

詳細は
裏面下へ！

「暮らしの中に、スポーツを！」

Vol.18

2021. 11. 15 発行

会員 and 教室参加者、随時募集中！

連絡
事項

- ◎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。
- ◎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。
- ※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。

【 12月の教室プログラム 】



太極拳教室 成人～高齢者向け
(6・20日) 10:00～11:00
子持社会体育館会議室



月

バドミントン教室 高校生～中高年齢者向け
(1・8・15・22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
(13・27日) 13:30～14:30
子持社会体育館会議室



バドミントン教室 高校生～中高年齢者向け
(13・20・27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
(2・9・23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
(7・14・21日) 10:30～11:30
渋川市武道館第2武道場



火

親子教室「空手道」 3歳～小学2年生の親子向け
(2・16日) 16:30～17:30
子持社会体育館サブアリーナ



親子運動あそび教室 3歳～小学生の親子向け
(7・14・21日) 16:30～17:30
渋川市武道館第2武道場



バドミントン教室 小学3年～中学生向け
(2・16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
(9・23日) 19:30～21:30
子持社会体育館サブアリーナ

貯筋運動教室 成人～高齢者向け
(1・8・15・22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
(1・15日) 19:00～20:00
クラブハウス2階



スポーツウエルネス吹矢教室
成人～中高年齢者向け
(3・10・17・24日) 10:00～12:00
子持社会体育館サブアリーナ



金

スポレック教室 小学4年生～高齢者向け
(1・8・15・22日) 19:00～20:00
北橋中学校体育館

軽スポーツ教室 成人～高齢者向け
(3・10・17・24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
 (3・17日) 10:00～11:00
 渋川市武道館第1武道場

chi ボールトレーニング教室
 成人～中高年齢者向け
 (10日) 10:00～11:00
 渋川市武道館第1武道場

chi ボール de ボディケア教室
 成人～高年齢者向け
 (3・17日) 11:15～12:15
 渋川市武道館第1武道場

ウォークエクササイズ教室 成人～中高年齢者向け
 (10日) 11:15～12:15
 渋川市武道館第1武道場

ステップエアロ教室 成人～中高年齢者向け
 (24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～高年齢者向け
 (3・10・17・24日) 13:00～15:00
 クラブハウス2階



教室参加者の声

友達ができ、
参加するのが楽し
しみ♪

教室に参加
して、運動す
るのが好きに
なった!

いろんな教室
が体験できて
楽しい♪

人と話す機会
が増えた。

肩こりが和らいだ。

教室の回数を増
やしてほしい!

皆さまからいただいたご意見は、今後の
クラブ運営に活かしてまいります。
ありがとうございました。

土

キッズサッカー教室
 年中～小学2年生向け
 (4・11・25日) 9:00～10:00
 赤城総合公園多目的広場



スポーツチャンバラ教室 小学生～大人向け
 (11・25日) 14:00～15:00
 渋川市武道館第1武道場



ボール de コアトレ教室 成人～中高年齢者向け
 (11・25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
 (11・25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。

【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)



(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(1枚: 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
キャンペーン実施中!
詳しくは、クラブ事務
局まで!