

# 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.19**

2021. 12. 15 発行

**指導者派遣を行っています！**

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。

## 【 1月の教室プログラム 】



**太極拳教室** 成人～高齢者向け  
(17・31日) 10:00～11:00  
子持社会体育館会議室



月

**バランスボール教室** 成人～高齢者向け  
(17・31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  
19:00～21:00  
(17・24日) 子持社会体育館サブアリーナ  
(31日) 赤城スポーツセンターアリーナ



**バドミントン教室** 高校生～中高年齢者向け  
(5・12・26日) 19:00～21:00  
伊香保体育館



水

**ノルディックウォーキング教室**  
成人～高齢者向け  
(6・13・27日)  
①9:00～10:00 ②10:00～11:00  
子持ふれあい公園



木

**親子教室「空手道」** 3歳～小学2年生の親子向け  
(6・20日) 16:30～17:30  
子持社会体育館サブアリーナ



**バドミントン教室** 小学3年～中学生向け  
(20日) 19:00～21:00  
子持社会体育館サブアリーナ  
※保護者参加可。受講券が必要です。



**さいかつボール教室** 小学4年生～高齢者向け  
19:30～21:30  
(13日) 子持社会体育館サブアリーナ  
(27日) 赤城スポーツセンターアリーナ

**護身術教室** 成人～高齢者向け  
(4・11・18・25日) 10:30～11:30  
渋川市武道館第2武道場



火

**親子運動あそび教室** 3歳～小学生の親子向け  
(11・18・25日) 16:30～17:30  
渋川市武道館第2武道場



**貯筋運動教室** 成人～高齢者向け  
(5・12・19・26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  
(5・19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  
(5・12・19・26日) 19:00～20:00  
北橋中学校体育館

**スポーツウエルネス吹矢教室**  
成人～中高年齢者向け  
(7・14・21・28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  
(14・21日) 10:00～12:00  
クラブハウス2階



金

**けいらくピクス教室** 成人～中高年齢者向け  
 (7・21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  
 (14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  
 (7・21日) 11:10～12:10  
 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  
 (14日) 11:10～12:10  
 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  
 (28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  
 (7・14・21・28日) 13:00～15:00  
 クラブハウス2階



## 【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ボッチャ、軽スポーツ（例：ラダーゲッター、ディスクン）などの色々なプログラムがあります。  
 気軽にご相談ください。

◎指導者派遣料が必要となります。  
 (参考)

1種目：1時間 2,000円～  
 ※種目や参加人数などにより、料金が異なります。

詳細は、クラブ事務局までお願いします。  
 (☎：0279-26-3009)



### 年末年始休業のお知らせ



下記の日程で年末年始を休業とさせていただきます。

#### 【休業期間】

令和3年12月29日(水)～  
 令和4年1月3日(月)

※令和4年1月4日(火)から通常業務となります。

### キッズサッカー教室

年中～小学2年生向け  
 (8・15・22・29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  
 (8・22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  
 (8・22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  
 (8・22日) 18:10～19:10  
 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。



(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！