

しぶかわスポーツクラブだより

詳細は、
裏面をご覧ください。

「暮らしの中に、スポーツを！」

Vol.24

2022. 5. 15 発行

Topic

しぶかわスポーツクラブの会員特典に、
赤城自然園入園料の割引が加わりました！

【 6月の教室プログラム 】 どなたでも参加できます※

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



健康貯筋運動教室 成人～高齢者向け
1・8・15・22日（水）15:30～16:30
中村緑地公園管理棟（クラブハウス）2階



バランスボール教室 成人～高齢者向け
13・20日（月）13:30～14:30
子持社会体育館会議室



親子空手道教室 3歳～小学生の親子向け
2・16日（木）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
高校生～中高年齢者向け
19:00～21:00
6・20日（月）子持社会体育館サブアリーナ
13・27日（月）赤城スポーツセンターアリーナ
小学3年生～中高年齢者向け
19:00～21:00
2・16日（木）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
19:30～21:30
9日（木）子持社会体育館サブアリーナ
23日（木）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
3・10・17日（金）10:00～12:00
子持社会体育館サブアリーナ



護身術教室 成人～高齢者向け
7・14・21・28日（火）10:30～11:30
渋川市武道館第2武道場



軽スポーツ教室 成人～高齢者向け
10・17・24日（金）10:00～12:00
渋川市民体育館



ZUMBA(ズンバ)教室 成人～中高年齢者向け
7・21日（火）15:00～16:00
渋川市武道館第2武道場



けいらくピクス教室 成人～中高年齢者向け
3・17日（金）10:00～11:00
渋川市武道館第1武道場

ボディメンテナンソヨガ教室
成人～高齢者向け
14・28日（火）15:00～16:00
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～高齢者向け
10日（金）10:00～11:00
17日（金）11:10～12:10
渋川市武道館第1武道場

25日（土）17:30～18:30
中村緑地公園管理棟（クラブハウス）2階

親子運動あそび教室 3歳～小学4年生の親子向け
7・14・21・28日（火）16:30～17:30
渋川市武道館第2武道場



ノルディックウォーキング教室
成人～高齢者向け
①8:30～9:30 ②9:30～10:30
15日（水）子持ふれあい公園
2・9・23日（木）子持ふれあい公園
※②は、初心者向けです。



パワーエクササイズ教室 成人～中高年齢者向け
3日（金）11:10～12:10
渋川市武道館第1武道場
11・25日（土）18:40～19:40
中村緑地公園管理棟（クラブハウス）2階



※プログラム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。

青竹&ウォーク教室

成人～中高年齢者向け

10日(金) 11:10～12:10

渋川市武道館第1武道場

青竹を取り入れて行うサーキットトレーニングです。※青竹は各自でご持参ください。



キッズサッカー教室 年中～小学3年生向け

4・11・18・25日(土) 9:00～10:00

赤城総合運動自然公園多目的広場



中学生空手道クラブ 中学生向け

11・18・25日(土) 13:00～15:00

渋川市武道館第2武道場



スポーツチャンバラ教室 小学生～中高年齢者向け

11日(土) 16:00～17:00

25日(土) 14:00～15:00

渋川市武道館第1武道場



バランスボール de コアトレ教室

成人～中高年齢者向け

11日(土) 17:30～18:30

中村緑地公園管理棟(クラブハウス)2階

ステップエアロ教室 成人～中高年齢者向け

24日(金) 11:00～12:00

中村緑地公園管理棟(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(金) 13:00～15:00

中村緑地公園管理棟(クラブハウス)2階



スポレック教室 小学4年生～高年齢者向け

3・10・17日(金) 13:30～15:30

子持社会体育館アリーナ

Topic

会員特典に、 赤城自然園入園料の割引が 加わりました！

期 間 令和4年4月1日(金)～
対 象 しぶかわスポーツクラブ個人会員
特典内容 入園料 通常1,000円のところ、
500円(高校生以上)

利用方法

赤城自然園の入園窓口で、入園料を支払う前に、しぶかわスポーツクラブ会員証(有効期間内のもの)を提示してください。

※割引を受けられるのは、会員本人のみです。
※お問い合わせは、クラブ事務局まで。

派遣教室(赤城自然園主催)

～さわやかな緑の中で、
からだを動かしてみませんか～

①貯筋運動

日時 5月26日(木)

13時30分～14時30分

②親子運動あそび

日時 5月29日(日) 10時～12時

③ダンベル運動

日時 6月6日(月) 10時～12時

※お申し込み・詳細については、赤城自然園
(0279-56-5211)まで。

お知らせ

- ◎各教室に定員を設けておりますので、必ず事前にお申し込みください。
- ◎群馬県のコロナ警戒レベルに応じて、教室を中止とする場合があります。
- ※お申し込み・お問い合わせは、クラブ事務局まで。



(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
中村緑地公園管理棟(クラブハウス)

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！