

しぶかわスポーツクラブだより

「暮らしの中に、スポーツを！」

Vol.33

2023. 2. 15 発行

★クラブだよりは、各公民館や体育施設等に置いてあります。是非ご利用ください。

スキー教室

日時 3月12日(日) 午前7時～午後5時30分(※小雨決行)
集合 中村緑地公園駐車場(※会場まではバスで移動します。)
会場 群馬みなかみ ほうだいぎスキー場
対象 小学生以上のしぶかわスポーツクラブ個人会員
※小学生は、受講する保護者の同行が必要です。
※現在、会員でない方も会員になることにより、お申し込みいただけます。
定員 20名(※申し込み多数の場合は、抽選を行います。)
参加費 しぶかわスポーツクラブ教室受講券4枚(※リフト代等は別途実費。)
申込期間 2月15日(水)～3月3日(金)
※お申し込み、お問い合わせは、電話または、直接クラブ窓口まで。



白井宿・白井城跡ウォーキング

日時 3月22日(水) 9:00～正午
集合 子持ふれあい公園駐車場
参加費 しぶかわスポーツクラブ教室受講券1枚(※受講券は当日購入もできます。)
定員 20名(先着順)
申込期間 2月22日(水)～3月7日(火)
※お申し込み、お問い合わせは、電話または、直接クラブ窓口まで。

会員でない方も、「体験用の受講券」で参加できます。



【 3月の教室プログラム 】



参加お待ちしております！

太極拳教室 成人～高齢者向け
20・27日(月) 10:00～11:00
宮田商会武道館渋川(渋川市武道館)第2武道場



護身術教室 成人～高齢者向け
7・14日(火) 10:30～11:30
宮田商会武道館渋川(渋川市武道館)第2武道場



バランスボール教室 成人～高齢者向け
6・13日(月) 13:30～14:30
子持社会体育館会議室



ボティメンテナスヨガ教室 成人～高齢者向け
7・14日(火) 15:00～16:00
宮田商会武道館渋川(渋川市武道館)第1武道場
1・22日(水) 18:30～19:30
中村緑地公園管理棟(クラブハウス)2階



バドミントン教室 高校生～中高年齢者向け
6・13・20日(月) 19:00～21:00
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4年生の親子向け
7日(火) 16:30～17:30
宮田商会武道館渋川(渋川市武道館)第2武道場

※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。

ノルディックウォーキング教室

成人～高齢者向け

①9:00～10:00 ②10:00～11:00

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

宮田商会武道館渋川(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



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



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



さいかつボール教室 小学4年生～高齢者向け

9・23日(木) 19:30～21:30

子持社会体育館サブアリーナ



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・24日(金) 10:00～12:00

子持社会体育館サブアリーナ



軽スポーツ教室 成人～高齢者向け

3・10・17・24日(金) 10:00～12:00

渋川市民体育館



スポレック教室 小学4年生～高齢者向け

3・10・17・24日(金) 10:00～12:00

渋川市民体育館



けいらくピクス教室 成人～中高年齢者向け

3・10・17日(金) 10:00～11:00

宮田商会武道館渋川(渋川市武道館)第1武道場

青竹&ウォーク教室 成人～中高年齢者向け

17日(金) 11:10～12:10

宮田商会武道館渋川(渋川市武道館)第1武道場

※青竹は各自でご持参ください。

ダンベル健康体操教室 成人～高齢者向け

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



キッズサッカー教室 年中～小学3年生向け

4・18日(土) 9:00～10:00

木暮組 スポーツパーク赤城

(赤城総合運動自然公園)多目的広場



小・中学生空手道教室 小学5年生～中学生向け

4・11・18・25日(土) 13:00～15:00

宮田商会武道館渋川(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・25日(土) 14:00～15:00

宮田商会武道館渋川(渋川市武道館)第1武道場

青竹&バランスボール教室 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

※青竹は各自でご持参ください。

しぶかわスポーツクラブ参加方法

◆受講方法◆

教室1回の受講につき、

会員：1枚/1時間、非会員：2枚/1時間の受講券

(1枚：200円)が必要です。

◎受講券は、体験用としてもご購入いただけます。

◆会員について◆

・A会員(19歳以上64歳以下)

年会費 2,000円※

受講券 5枚セット：1,000円、11枚セット：2,000円

・S会員(3歳以上18歳以下及び65歳以上)

年会費 1,000円※

受講券 6枚セット：1,000円、12枚セット：2,000円

※市内在住、在勤、在学以外の方は、上記の年会費プラス500円

・団体会員(会社、自治会、サークル等の団体)

年会費 3,000円

会員募集中!

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！→

