

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.38

2023.7.15 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。

ウォーキングイベントで市内の魅力を満喫しました！

 **新緑ウォーキング** 



 令和5年5月24日（水）

 渋川市総合公園内及びその周辺巡り

 **あじさいウォーキング** 



 令和5年6月17日（土）

 小野池あじさい公園内及びその周辺巡り

～9月にも季節に合わせたコースでウォーキングを行う予定です。お楽しみに♪～

【 8月の教室プログラム 】

お気軽にお申し込みください！
体験参加も大歓迎！！



太極拳教室 成人～高齢者向け

21・28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



ポティメンテナスヨガ教室

成人～高齢者向け

1・8・22・29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



バランスボール教室 成人～高齢者向け

7・21日（月）13:30～14:30

中村緑地公園管理棟2階



親子運動あそび教室

3歳～小学4年生の親子向け

1・8・22・29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



バドミントン教室

高校生～中高年齢者向け

7日（月）19:00～21:00

子持社会体育館サブアリーナ

小学3年生～小学6年生向け

3・10日（木）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

23日（水）

3・10・31日（木）

①8:30～9:30 ②9:30～10:30

子持ふれあい公園

※②は、初心者向けです。



護身術教室 成人～高齢者向け

1・8・22・29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



健康貯筋運動教室 成人～高齢者向け

2・9・23・30日（水）15:30～16:30

中村緑地公園管理棟2階



青竹&バランスボール教室

成人～高齢者向け

2日(水) 17:00～18:00

中村緑地公園管理棟2階

※青竹は各自でご持参ください。

パワーエクササイズ教室

成人～中高年齢者向け

2・23日(水) 18:10～19:10

中村緑地公園管理棟2階

18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



スポーツウエルネス吹矢教室

成人～中高年齢者向け

4日(金) 10:00～12:00

子持社会体育館サブアリーナ

25日(金) 10:00～12:00

中村緑地公園管理棟2階



スポレック教室 小学4年生～高齢者向け

4・18・25日(金) 10:00～11:00

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

4・18・25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

chi ボール de ボティックア教室

成人～高齢者向け

23日(水) 17:00～18:00

中村緑地公園管理棟2階

4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&ウォーク教室 成人～中高年齢者向け

25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。

NEW!

コンテンポラリーダンス教室

成人～高齢者向け

3・31日(木) 13:30～14:30

宮田商会武道館渋川(渋川市武道館)第2武道場

様々な音楽に合わせて自由にダンスを楽しみましょう♪



ダンベル健康体操教室 成人～高齢者向け

4・18・25日(金) 13:00～15:00

中村緑地公園管理棟2階



ステップエアロ教室

成人～中高年齢者向け

24日(木) 16:30～17:30

宮田商会武道館渋川(渋川市武道館)第2武道場



キッズサッカー教室 年中～小学3年生向け

5・19・26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

5・19・26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



さいかつボール教室

小学4年生～高齢者向け

3・10日(木) 19:30～21:30

子持社会体育館アリーナ



スポーツチャンバラ教室

小学生～中高年齢者向け

26日(土) 15:00～16:00

宮田商会武道館渋川(渋川市武道館)第1武道場



しぶかわスポーツクラブ参加方法

- 1 参加したい教室を選び、クラブに申し込む。
- 2 教室に参加する。

教室1回の受講につき、

会員：1枚/1時間、非会員：2枚/1時間の教室受講券が必要です。(教室受講券：200円/枚)

※お得なセット券もあります。

◎詳しくは、クラブにお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。



(公財) 渋川市まちづくり財団
しぶかわスポーツクラブ課

〒377-0002 渋川市中村 830-5
中村緑地公園管理棟1階

電話：0279-26-3009

受付時間：9:00～17:00

※日曜・祝日はお休みです。

ホームページは、こちらから！→

