

# しぶかわスポーツクラブだより

Vol.15

2021.8.15発行

詳細は  
裏面右へ

「暮らしの中に、スポーツを！」

★「派遣教室」募集しています！！★

連  
絡  
事  
項

- ◎群馬県のコロナ警戒度が「4」の間は、全教室を中止といたします。
  - ◎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。
  - ◎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申し込みをお願いします。
- ※ご不明な点については、ホームページまたはクラブ事務局までご確認ください。

## 【 9月の教室プログラム 】



### 太極拳教室

(6・13日) 10:00~11:00

子持社会体育館サブアリーナ 成人~高齢者向け



月

### バランスボール教室

(6・13日) 13:30~14:30

子持社会体育館会議室 成人~高齢者向け



### コンテンポラリー（モダン）ダンス教室

(6・13・27日) 赤城スポーツセンター2階

①16:00~17:00 年長~小学2年生向け

②17:15~18:15 小学3年~6年生向け



### バドミントン教室

(6・13日) 19:00~21:00

子持社会体育館サブアリーナ 高校生~中高年齢者向け



### スロテック教室

(1・8・15・22・29日) 19:00~20:00

北橋中学校体育館 小学4年生~高齢者向け

水

### バドミントン教室

(8・15・22・29日) 19:00~21:00

伊香保体育館 高校生~中高年齢者向け



### ノルディックウォーキング教室

(2・9・30日)

①8:30~9:30 ②9:30~10:30

子持ふれあい公園 成人~高齢者向け



木

### 親子教室

・空手道 (2日) 16:30~17:30

・リズムダンス (9・16日) 17:00~18:00

♪親子で Let's ダンシング♪

子持社会体育館サブアリーナ 3歳~小学2年生の親子向け



### バドミントン教室

(9・16日) 19:00~21:00

子持社会体育館サブアリーナ 小学3年~中学生向け



### さいかつボール教室

(2日) 19:30~21:30

子持社会体育館サブアリーナ 小学4年生~高齢者向け

### ヨガ教室

(8・29日) 10:00~11:00

子持社会体育館サブアリーナ他 成人~高齢者向け



水

### 貯筋運動教室

(1・8・15・22・29日) 15:30~16:30

クラブハウス2階 成人~高齢者向け



### リラックスヨガ教室

(1・15日) 19:00~20:00

クラブハウス2階 成人~高齢者向け



### スポーツウエルネス吹矢教室

(3日) 10:00~12:00

子持社会体育館サブアリーナ 成人~中高年齢者向け



金

### 軽スポーツ教室

(3・10・17・24日) 10:00~12:00

渋川市民体育館 成人~高齢者向け



## 【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。

ヨガや貯筋運動、軽スポーツ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。

申し込み・問い合わせは、クラブ事務局までお願いします。(0279-26-3009)



ヨガ教室



親子運動あそび教室

#### 派遣教室「ダンベル健康体操」

日時 9月6日(月) 10時～12時

会場 赤城自然園

※申し込み・問い合わせは、赤城自然園までお願いします。



(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！

#### 金

### けいらくピクス教室

(3・17日) 10:00～11:00

赤城スポーツセンター2階 成人～中高年齢者向け

### chi ボールトレーニング教室

(10日) 10:00～11:00

赤城スポーツセンター2階 成人～中高年齢者向け

### chi ボール de ボディケア教室

(3・17日) 11:15～12:15

赤城スポーツセンター2階 成人～高齢者向け

### ウォークエクササイズ教室

(10日) 11:15～12:15

赤城スポーツセンター2階 成人～中高年齢者向け

### ステップエアロ教室

(24日) 11:00～12:00

クラブハウス2階 成人～高齢者向け



### ダンベル健康体操教室

(3・10・17・24日) 13:00～15:00

クラブハウス2階 成人～高齢者向け



#### 土

### キッズサッカー教室

(4・11・25日) 9:00～10:00

赤城総合公園多目的広場 年中～小学2年生向け



### スポーツチャンバラ教室

(25日) 14:00～15:00

赤城スポーツセンター2階 小学生～大人向け



### ボール de コアトレ教室

(11・25日) 17:00～18:00

クラブハウス2階 成人～中高年齢者向け

### パワーエクササイズ教室

(11・25日) 18:15～19:15

クラブハウス2階 成人～中高年齢者向け



#### 日

### スポーツチャンバラ教室

(12日) 10:00～11:00

赤城スポーツセンター2階 小学生～大人向け



※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。

## しぶかわスポーツクラブ会員募集中！！

- ①年会費
  - ・19歳以上64歳以下(A会員)：2,000円
  - ・3歳以上18歳以下及び65才以上(S会員)：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
  - ・会社、自治会、サークル等の団体(団体会員)：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)
  - ・体験用のばら券(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  
特典実施中！  
詳しくは、クラブ  
事務局まで！