

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.42

2023.11.15 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。

活動報告

共生社会への第一歩！ ユニバーサルスポーツ体験！

去る10月29日(日)、子持社会体育館アリーナを会場に「ユニバーサルスポーツ体験教室～共生社会実現に向けて～」を開催し、17名の方にご参加いただきました。

参加者は4つのチームに分かれ、指導者の指導のもと、シッティングバレーボール、さいかつボール、ポッチャ、モルックの4種目を順番に体験しました。参加者からは、ファインプレーが起こるたびに歓声が上がるなど、どの種目も盛り上がりを見せていました。



老若男女だれでも楽しめる
ユニバーサルスポーツ

【12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

11・18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



ポティメンテナンスヨガ教室

成人～高齢者向け

5・12・19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

4・18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

5・12・19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・14・21日(木) 19:00～21:00

木暮組スポーツパーク赤城

(赤城総合運動自然公園)アリーナ

小学3年生～小学6年生向け

7・21日(木) 19:00～21:00

木暮組スポーツパーク赤城

(赤城総合運動自然公園)アリーナ



健康貯筋運動教室 成人～高齢者向け

6・13・20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

6日(水) 16:50～17:50

中村緑地公園管理棟2階

※青竹は各自でご持参ください。

護身術教室 成人～高齢者向け

5・12・19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



chi ボール de ポティケア教室

成人～高齢者向け

20日(水) 16:50～17:50

中村緑地公園管理棟2階

8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

パワーエクササイズ教室

成人～中高年齢者向け

6・20日（水）18:00～19:00

中村緑地公園管理棟2階

15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

15・22日（金）10:00～12:00

中村緑地公園管理棟2階



軽スポーツ教室 成人～高齢者向け

1・8・15日（金）10:00～11:00

渋川市民体育館



ノルディックウォーキング教室

成人～高齢者向け

7・14・21日（木）

①9:00～10:00 ②10:00～11:00

子持ふれあい公園

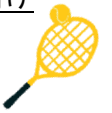
※②は、初心者向けです。



スロレック教室 小学4年生～高齢者向け

1・8・15日（金）11:00～12:00

渋川市民体育館



NEW! ちびっこ教室 0～3歳の親子向け

トランポリン

7・21日（木）10:30～11:30

中村緑地公園管理棟2階

サッカー

14日（木）10:30～11:30

中村緑地公園管理棟2階

親子で楽しくトランポリンとボールあそび♪

コンテンポラリーダンス教室

成人～高齢者向け

7・14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



ステップエアロ教室

成人～中高年齢者向け

21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



親子空手道教室 3歳～小学生の親子向け

14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



さいかつボール教室 小学4年生～高齢者向け

14日（木）19:30～21:30

木暮組スポーツパーク赤城

（赤城総合運動自然公園）アリーナ



ダンベル健康体操教室 成人～高齢者向け

1・8・15・22日（金）13:00～15:00

中村緑地公園管理棟2階



キッズサッカー教室 年中～小学3年生向け

2・9・16・23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

2・16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

9・23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！→

