

一般財団法人上越市スポーツ協会

令和7年度 秋季スポーツ教室 参加者募集

秋季教室の参加者の募集します。

《申込み》申込締切：令和7年9月5日（金）必着

【方法1】上越市スポーツ協会ホームページの「教室申し込みフォーム」が利用できます。

【方法2】ハガキの場合は、①～⑥を記入してください。①教室名 ②氏名（フリガナ） ③年齢 ④性別 ⑤住所 ⑥電話番号

※いずれの教室も申込者多数の場合は抽選とさせていただきます。申込期限が終了後、抽選結果を連絡します。開催日の2日前になっても返信がない場合は、事務局まで連絡してください（土日祝日は除く）。

【申込み・問合せ】

一般財団法人上越市スポーツ協会

〒943-0805 上越市木田1-17-33 上越市総合体育館内 TEL 025-525-4119 FAX 025-525-4169



※注意事項

①会場、日程が変更になる可能性があります。②自己都合のキャンセルは、参加料を返金しません。③少人数の場合は、開催を中止する場合があります。④個人情報の保護に基づき、いただいた情報は教室運営以外の目的では使用しません。

教室番号	教室名	対象	会場	受講料	開催日・曜日・回数	時間	内容
1	リズムに合わせて健康体操 (総合体育館教室)	一般 (60歳以上)	上越市総合体育館	7,000円	9/9～11/18 火曜日・全10回	13:30～15:00	軽運動、ストレッチなど
2	リズムに合わせて健康体操 (高田スポーツセンター教室)	一般 (60歳以上)	高田スポーツセンター	7,000円	9/11～11/20 木曜日・全10回	10:00～11:30	軽運動、ストレッチなど
3	気分・体スッキリ体操	一般	高田スポーツセンター	7,000円	9/12～11/14 金曜日・全10回	10:00～11:30	軽運動、ストレッチなど
4	健康トランポビクス	一般	上越市総合体育館	7,000円	9/9～11/18 火曜日・全10回	10:00～11:30	トランポビクス運動など

他にも様々な世代、趣向に合わせた教室を実施しています。興味のある方はお問い合わせください。