

一般財団法人上越市スポーツ協会主催

『秋季スポーツ教室』参加者募集！

上越市スポーツ協会では春季スポーツ教室の参加者を募集しています。



《申込方法》 申込締切： 小学生教室 9月9日（水） キッズ教室 9月2日（水）

大人教室 9月4日（金）

※締切りを延長する可能性がありますので、お問い合わせください。

【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」から申込みができます。

【方法2】メールやはがきの場合は、次の①～⑧を記入してください。①教室名 ②郵便番号 ③住所

④氏名（ふりがな） ⑤年齢 ⑥性別 ⑦電話番号 ⑧メールアドレス

※申込み多数の場合は抽選。申込期限終了後、詳細をメール、または、はがきで連絡します。開催日の2日前になっても返信がない場合は、事務局に連絡してください（土日祝日は除く）。

○参加料

小学生・キッズ教室 10回 6,000円 大人教室 9回 7,200円 ・ 10回 8,000円

○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 E-mail taikyo@joetsu.ne.jp

○その他

会場や日程が変更になる可能性があります。自己都合でキャンセルした場合、参加料の返金はしません。参加人数によっては、教室を中止する場合があります。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。

教室名	会場	対象	日時・回数
小学生新体操	勤労身体障害者体育館	現在、募集していません。	全曜日（10回） R8.9月11日～11月20日 1～3年生 17:00～18:00 4～6年生 18:00～19:00
小学生チアリーディング	総合体育館	小学 1～3年生	火曜日（10回） R8.9月15日～12月8日 17:00～18:00
「楽しいね！」体づくり運動 （水曜クラス）	勤労身体障害者体育館	小学 1～3年生	水曜日（10回） R8.9月16日～11月25日 17:45～18:45
「楽しいね！」体づくり運動 （火曜クラス）	高田スポーツセンター	小学 1～3年生	火曜日（10回） R8.9月15日～12月1日 17:30～18:30
キッズ運動大好き （水曜クラス）	勤労身体障害者体育館	園児 （年中・年長）	水曜日（10回） R8.9月9日～11月18日 16:30～17:30

キッズ運動大好き (木曜クラス)	勤労身体障 害者体育館	園児 (年中・年長)	木曜日(10回) R8.9月10日～11月19日 16:30～17:30
女性のためのフィットネス	総合体育館	一般	火曜日(10回) R8.9月1日～11月24日 10:00～11:30
リズムに合わせて健康体操① (火曜日午後教室)	総合体育館	一般 (60歳以上)	火曜日(10回) R8.9月8日～11月24日 13:30～15:00
リズムに合わせて健康体操② (木曜日教室)	総合体育館	一般 (60歳以上)	木曜日(10回) R8.9月3日～11月12日 10:00～11:30
リズムに合わせて健康体操③ (金曜日教室)	総合体育館	一般 (60歳以上)	金曜日(10回) R8.9月4日～11月20日 10:00～11:30
リズムに合わせて健康体操④ (高田スポーツセンター教室)	高田スポーツ センター	一般 (60歳以上)	木曜日(10回) R8.9月3日～11月12日 10:00～11:30
リズムに合わせて健康体操⑤ (学びの交流館教室)	学びの 交流館	一般 (60歳以上)	火曜日(10回) R8.9月1日～11月24日 10:00～11:30
健康体操	カルチャー センター	一般 (60歳以上)	火曜日(10回) R8.9月1日～11月24日 13:30～15:00
やさしいストレッチヨガ① (総合体育館教室)	総合体育館	一般	水曜日 (9回) R8.9月2日～11月25日 10:00～11:30
やさしいストレッチヨガ② (レインボーセンター教室)	レインボー センター	一般	木曜日 (9回) R8.9月3日～11月19日 10:00～11:30
やさしいストレッチヨガ③ (オーレンプラザ教室)	オーレン プラザ	一般	金曜日(10回) R8.8月21日～12月11日 13:15～14:45
リラックスヨガ① (火曜日教室)	総合体育館	一般	火曜日(10回) R8.9月1日～11月17日 19:00～20:30
リラックスヨガ② (オーレンプラザ教室)	オーレン プラザ	一般	木曜日(10回) R8.9月3日～11月19日 19:00～20:30
気分・体スッキリ体操	高田スポーツ センター	一般	金曜日(10回) R8.9月4日～11月13日 10:00～11:30
健康トランポピクス	総合体育館	一般	火曜日(10回) R8.9月8日～11月24日 10:00～11:30

【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 URL <https://www.joetsu-taikyo.jp/>