

平成31年度 スポーツ教室のご案内

市民にスポーツ活動の機会を提供し、継続的なスポーツ活動を実践することにより、生涯を通してスポーツを楽しめるように、各種教室を開催しています。チャレンジしてみてください。

Sports For All !!

開催要項

- 1 主催 NPO法人沼津市体育協会
- 2 主管 種目別競技団体
- 3 会場 沼津市民体育館・沼津市香陵武道場・沼津勤労者体育センター・沼津市屋内温水プール
- 4 対象 市内に在住・在勤・在学する方
- 5 指導者 種目別競技団体指導員
- 6 参加料 各期ごとに徴収します。(傷害保険料含む)
- 7 期間 第1期(5月～7月) 第2期(9月～11月) 第3期(1月～3月)
開催日は裏面「スポーツ教室日程表」をご覧ください。
- 8 申込み 受付は各期ごとに各会場で行い、定員になり次第締切ります。
電話での申込みはできません。詳細はその都度「広報ぬまづ」でお知らせします。
(「広報ぬまづ」のご案内 第1期:4/1号、第2期:8/1号、第3期:11/15号)
- 9 服装 運動のできる服装で、室内用シューズをご用意ください。
武道種目は各種稽古着をご用意ください。
- 10 用具 個人使用の用具(ラケット・竹刀等)は、各自でご用意ください。
専門用具(剣・弓・防具等)は、各種目別競技団体の指導員にご確認ください。
- 11 問合せ 沼津市民体育館(高島本町1-4) TEL922-7200 または、各種目別競技団体の指導員
- 12 その他 小学生の送迎は、必ず保護者が付き添ってください。

会場:沼津市民体育館

教室名	曜日・時間	定員	参加料	対象	内容		
ジュニア新体操教室	月	17:00～18:30	30人	5,000円	年長～小学2年生の女子	基本技術、ルール、ゲーム、マナー リズム運動、身体育成	
		17:30～19:00	10人		小学3～6年生の女子		
居合道教室	火	19:00～20:30	25人	3,000円	中学生以上	基本動作、座り方、帯刀、納刀、抜刀	
柔道教室(週2回)	火・金	18:00～19:30	50人	5,000円	5歳～中学生	基礎体力づくり、受身、乱取、作法	
弓道教室(週2回)	火・金	18:30～20:30	20人	5,000円	中学生以上の初心者	基本動作、型、的前射、作法	
ソフトテニス教室	小学生の部 一般の部	水	17:00～18:30	20人	2,000円	小学3年生～6年生	基本技術、ルール ゲーム、マナー
			18:30～20:30	30人	3,500円	中学生以上	
卓球教室	小中学生の部 一般の部	木	18:30～20:00	20人	3,000円	小学3年生～中学生	基本技術、ルール、ゲーム、マナー
			18:30～20:30	20人	4,000円	18歳以上(高校生を除く)	
バドミントン教室	木	19:00～20:30	30人	4,000円	高校生以上の初級者	基本技術、ルール、ゲーム、マナー	
剣道教室(週2回)	木 土	18:30～19:30	50人	5,000円	小学生以上	基本動作 竹刀げいこ、作法	
		18:00～19:00					
レディーバドミントン教室	金	10:00～12:00	30人	3,000円	初級者の女性	基本技術、ルール、ゲーム、マナー	
テニス教室	金	18:30～20:30	25人	3,500円	高校生以上の初級者の女性	基本技術、ルール、ゲーム、マナー	
合気道教室	日	9:00～10:00	20人	4,000円	小学生以上の初心者	基礎・基本、護身術、心技体気の練磨	
空手道教室	月	18:30～20:30	25人	3,000円	小学生以上の初心者	空手道の基本、形など	
スポーツダンス教室	水	19:00～20:30	30人	5,000円	初心者(社会人・男女)	リズムに合わせて体を動かす	

会場:沼津市香陵武道場

教室名	曜日・時間	定員	参加料	対象	内容	
弓道教室(週2回)	火・木	10:00～11:30	20人	4,000円	初心者の女性	基本動作、型、的前射、作法
剣道教室(週2回)	火・金	18:30～19:30	30人	5,000円	小学生以上	基本動作、竹刀稽古、作法
なぎなた教室	水	13:30～15:30	10人	2,500円	18歳以上	基本動作、仕掛け応じ、作法
柔道教室	土	18:30～19:30	50人	3,000円	小学生	基本体力づくり、受身、乱取、作法
フェンシング教室(体育センター)	土	17:30～20:00	15人	3,000円	小学2年生～中学生	基本技術、ルール、マナー、フィティング

会場:410-0813 沼津市上香貫二ノ洞2416-1屋内温水プール

教室名	曜日・時間	定員	参加料	対象	内容		
初級者水泳教室	午前コース	金	10:00～11:30	50人	18歳以上の初級者	クロール・背泳ぎで25m泳げるように	
	夜間コース	木	18:30～20:00	25人			5,000円
中級者水泳教室	金	13:30～15:00	15人	5,000円	18歳以上で25m泳げる人	クロール・平泳ぎで25m以上泳げるように	
小学生水泳教室	夏休みコース 春休みコース	火～ 金	16:00～17:00	90人	4,500円	小学生	クロール・背泳ぎ・平泳ぎを泳げるように
				90人	4,500円		

平成31年度 スポーツ教室 日程表

会場：沼津市民体育館

教室名	期別	曜日	第 1 期				第 2 期				第 3 期					
			5月	6月	7月	回	9月	10月	11月	12月	回	12月	1月	2月	3月	回
ジュニア新体操教室	月		13 20 27	3 10 17 24	1 8 22	10	2 9 30	7 21 28	11 18 25	2	10		6 20 27	3 10 17	2 9 16	9
居合道教室	火		14 21 28	4 11 18 25	2 9 16	10	3 10 17 24	1 8 15 29	5 12		10		7 14 21 28	4 18 25	3 10 17	10
柔道教室	火	金	14 21 28	4 11 18 25	2 9 16	20	3 10 17 24	1 8 15 29	5 12	20			7 14 21 28	4 18 25	3 10 17	20
			10 17 24 31	7 14 21 28	5 12		6 13 20 27	4 11 18 25	1 8		10 17 24 31	7 14 21 28	6 13			
弓道教室	火	金	14 21 28	4 11 18 25	2 9 16	20	3 10 17 24	1 8 15 29	5 12	20	休 講					
			10 17 24 31	7 14 21 28	5 12		6 13 20 27	4 11 18 25	1 8							
ソフトテニス教室	水		8 15 22 29	5 12 19 26	3 10	10	4 11 18 25	2 9 16 23 30	6		10		8 15 22 29	5 12 19 26	4 11	10
卓球教室	木		9 16 23 30	6 13 20 27	4 11	10	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7		10		9 16 23 30	6 13 20 27	5 12	10
バドミントン教室	木		9 16 23 30	6 13 20 27	4 11	10	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7		10		9 16 23 30	6 13 20 27	5 12	10
剣道教室	木	土	9 16 23 30	6 13 20 27	4 11	20	5 12 19 26	3 10 17 24 31	7 14	20			9 16 23 30	6 13 20 27	5 12	20
			11 18 25	1 8 15 22 29	6 13		7 14 21	5 12 19 26	2 9		11 18 25	1 8 15 22 29	7 14			
レディーバドミントン教室	金		10 17 24 31	7 14 21 28	5 12	10	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8		10		10 17 24 31	7 14 21 28	6 13	10
テニス教室	金		10 17 24 31	7 14 21 28	5 12	10	6 13 20 27	4 11 18 25	1 8		10		10 17 24 31	7 14 21 28	6 13	10
合気道教室	日		19 26	2 9 16 23	7 14 21 28	10	1 8 15 22	6 13 20 27	10 17		10		12 19 26	9 16	1 8 15 22 29	10
空手道教室	月		13 20 27	3 10 17 24	1 8 22	10	2 9 30	7 21 28	11 18 25	2	10		6 20 27	3 10 17 24	2 9 16	10
スポーツダンス教室	水		8 15 22 29	5 12 19 26	3 10	10	4 11 18 25	2 9 16 23 30	6		10		8 15 22 29	5 12 19 26	4 11	10

会場：沼津市香陵武道場

教室名	期別	曜日	第 1 期				第 2 期				第 3 期					
			5月	6月	7月	回	9月	10月	11月	12月	回	12月	1月	2月	3月	回
弓道教室	火	木	14 21 28	4 11 18 25	2 9 16	20	3 10 17 24	1 8 15 29	5 12	20			14 21 28	4 18 25	3 10 17	20
			9 16 23 30	6 13 20 27	4 11		12 19 26	3 10 17 24 31	7 14		9 16 23 30	6 13 20 27	5 12 19			
剣道教室	火	金	14 21 28	4 11 18 25	2 9 16	20	3 10 17 24	1 8 15 29	5 12	20			14 21 28	4 18 25	3 10 17	20
			10 17 24 31	7 14 21	5 12 19		6 13 20 27	4 11 18 25	1 8		10 17 24 31	7 14 21 28	6 13 20			
なぎなた教室	水		8 15 22 29	5 12 19 26	3 10	10	11 18 25	2 9 16 23 30	6 20		10		8 15 22 29	5 12 19 26	4 11	10
柔道教室	土		11 18 25	1 8 15 22	6 13 20	10	7 14 21 28	5 12 19 26	2 9		10		11 18 25	1 8 15 22 29	7 14	10
フェンシング教室(体育館)	土		11 18 25	1 8 15 22 29	6 13	10	7 14 21 28	5 12 19 26	2 9		10		11 18 25	8 15 22 29	7 14 21	10

会場：沼津市屋内温水プール

教室名	期別	曜日	第 1 期				第 2 期				第 3 期					
			4月	5月	6月	回	9月	10月	11月	12月	回	12月	1月	2月	3月	回
初級者水泳教室	午 前 コース	金	12 19 26	10 17 24 31	7 14 21	10	13 20 27	4 11 18 25	1 8 15		10		17 24 31	7 14 21 28		7
		木	11 18 25	9 16 23 30	6 13 20	10	12 19 26	3 10 17 24 31	7 14		10		16 23 30	6 13 20 27		7
中級者水泳教室	金		12 19 26	10 17 24 31	7 14 21	10	13 20 27	4 11 18 25	1 8 15		10		17 24 31	7 14 21 28		7
小学生水泳教室	夏休みコース	火	H30 7/25 26 30 31	8/1 2 6 7 8 9		10										
	春休みコース	金	H30 3/26 27 28 29	4/2 3 4 5		8										

- ★日程は年間で決まっておりますが、中止または変更することがあります。
- ★荒天等(台風・大雨洪水警報など)により開催が危ぶまれる場合は、市民体育館までお問合せください(☎922-7200)。
- ★毎回、開催日を確認してご参加ください(祝日は休講です)。