

放課後や休日の過ごし方は無限大！
総合型地域スポーツクラブでスポーツをはじめませんか？

参加無料

地域おこし協力隊 企画



各スポーツクラブ自慢の教室が一堂に集まることはめったにない！

総合型地域スポーツクラブ 教室体験会

POWER OF SPORTS

小杉会場

新湊会場

2月11日(日)

2月12日(月・祝)

9:30～14:30

9:30～16:30

📍ビルト・プレイズ歌の森体育館

📍新湊アイシン軽金属スポーツセンター

総合型地域スポーツクラブとは？

人々が、身近な地域でスポーツに親しむことのできる新しいタイプのスポーツクラブで

- ①子どもから高齢者まで（多世代）
 - ②様々なスポーツを愛好する人々が（多種目）
 - ③初心者からトップレベルまで、それぞれの志向・レベルに合わせて参加できる（多志向）
- という特徴を持ち、地域住民により自主的に運営されています。



きらり



カモン



だいもん



おおしま



まいけ

主催
お問合せ先

射水市教育委員会 生涯学習・スポーツ課
スポーツ推進コーディネーター 小林

☎ 0766-51-6637

✉ sports@city.imizu.lg.jp

詳細・申込みは
こちらから→



参加教室



空手教室

北嶋 久夫 先生

アリーナ1

9時30分～10時30分

定員20名

礼節を重んじて強い心を養う

初級



ランニング教室①

橋 貴正 先生

アリーナ2・ランニング走路

9時30分～10時30分

定員20名

軽く運動したい方におすすめ

初級



Let's! バランスボール

太田 芽久美 先生

アリーナ3

9時30分～11時

定員15名

美しくかっこよくなれる

初級



アイドルダンス

中澤 朗子 先生

剣道場

9時30分～10時20分

定員20名

「踊ってみたい」気持ちが大変

初級



着付けと食のマナー教室

山田 好美 先生

研修室

9時30分～10時30分

定員15名

大人になっても大切なこと

初級



脂肪燃焼HIIT

高倉 優子 先生

アリーナ4

10時30分～11時20分

定員30名

音楽によって燃焼HIIT!

初級



ホイールヨガ

中澤 朗子 先生

剣道場

11時30分～12時20分

定員10名

ストレス解消! 猫背改善!

初級



太極拳教室

児玉 さちこ 先生

アリーナ1

11時30分～12時30分

定員20名

異文化に触れてみませんか

初級



ランニング教室②

橋 貴正 先生

アリーナ2・ランニング走路

11時30分～12時30分

定員20名

基礎からランニングを学べます

初級



アランマーレU15

ハンドボール教室①

小林 雄大 先生

アリーナ3・4

11時30分～12時30分

定員20名

アランマーレ初のU15アカデミー

初級



初めてのフレイクダンス

MASAKIw 先生

アリーナ1・2

13時30分～14時20分

定員20名

かっこよく踊ろう!

初級



アランマーレU15

ハンドボール教室②

小林 雄大 先生

アリーナ3・4

13時30分～14時30分

定員20名

アランマーレ初のU15アカデミー

初級
中級
上級

ブースでの教室紹介

- ・ 愛馬教室 (しもむらスポーツクラブ 下まいけ) 両会場

乗馬ができるスポーツクラブは射水市内ではここだけ! ※今回乗馬体験はありません

- ・ ヨット教室 (新湊カモンスポーツクラブ) 両会場

競技用ヨットに乗って写真を撮ろう!

ほか



新湊会場

参加教室



卓球教室

荒垣 伸一 先生
アリーナ1・2
9時30分～11時
定員16名

ラリーが続くと楽しいよ

初級
中級
上級



骨盤ストレッチ

高倉 優子 先生
アリーナ3・4
9時30分～10時20分
定員30名

身体の悩み、解決します！

初級



空手教室

北 富次男 先生
アリーナ5・6・7・8
9時30分～11時
定員20名

心技体を学び己を強く、優しい人に

初級
中級
上級



ヨガ&ピラティス

高田 さおり 先生
スタジオ
9時30分～10時10分
定員30名

バランス感覚や集中力が身につく

初級
中級
上級



剣道教室

宮本 康博 先生
剣道場
9時30分～12時30分
定員20名

元気・勇気がモットーの侍競技

初級
中級
上級



バドミントン教室

小池 洋央 先生
サブアリーナ
10時～11時30分
定員12名

中体連に登録して上位大会出場を目指す

中級
上級



リトモス

YUKA 先生
スタジオ
10時20分～11時
定員30名

いろんなダンスでフィットネス

初級
中級
上級



ハッスルランニングα

守屋 済美 先生
アリーナ1・2・3・4
ランニング 走路
11時～12時
定員20名

みんなでなににする？ハッスル！

初級
中級
上級



カモンRGボーイズ

橋 秀和 先生
アリーナ5・6・7・8
11時～12時30分
定員20名

男子新体操はここにしかない

初級
中級
上級



STRONG Nation

YUKA 先生
スタジオ
11時10分～11時40分
定員30名

いいこと尽くしフィットネス

初級
中級
上級



アランマーレU15

ハンドボール教室
小林 雄大 先生
アリーナ1・2・3・4
13時30分～14時30分
定員20名

アランマーレ初のU15アカデミー

初級
中級
上級



ホイールヨガ

中澤 朗子 先生
アリーナ7・8
13時30分～14時20分
定員10名

からだ硬くても大丈夫！

初級



バスケ教室

吉川 義之 先生
アリーナ5・6・7・8
14時30分～15時30分
定員20名

楽しみながらレベルアップ！

初級
中級
上級



K-Pop Dance

★MARIE★ 先生
スタジオ
14時30分～15時30分
定員30名

グラウジーズダンス講師！

初級
中級



アイドルダンス

中澤 朗子 先生
スタジオ
15時40分～16時30分
定員20名

とりま、踊ろ？

初級



会場図



小杉会場

2階

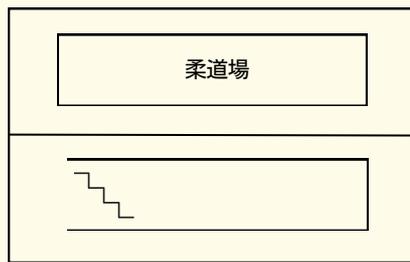


1階

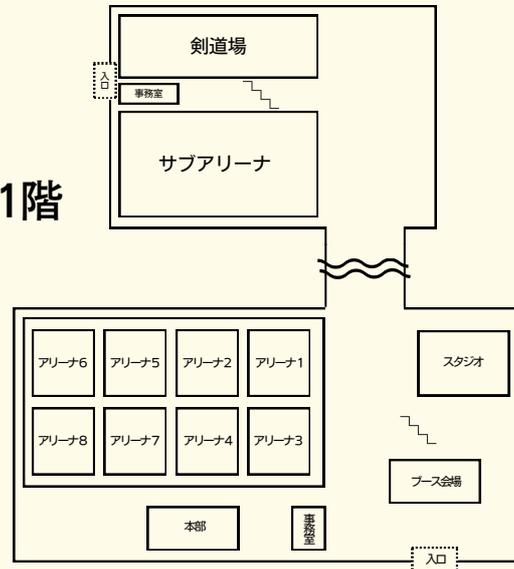


新湊会場

2階



1階



協力

新湊カモンスポーツクラブ (新湊アイシン軽金属スポーツセンター)
 こすぎ総合スポーツクラブきらり (ビルト・プレイズ歌の森体育館)
 (アルビス小杉総合体育センター)
 だいもんスポーツクラブ (大門総合体育館)
 おおしまスポーツクラブ (ヨシダ大島体育館)
 しもむらスポーツクラブまいけ (下村体育館)

THANK YOU!