

令和4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法人沼津市スポーツ協会
- 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・清水町温水プール
- 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。
- 7 期間 第1期(5月～7月) 第2期(9月～11月)
開催日は「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)
- 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 17:00～18:00	10人	5,000円	年長～小学2年生の女子 小学3～6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		
	18:10～19:10	10人					
居合道教室	火 19:00～20:30	20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	20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		
バドミントン教室	木 17:00～18:30	10人	2,000円	小学生	基本練習、ゲーム		
	19:00～20:30	25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 18:30～19:30	30人	5,000円	小学生以上	基本動作 竹刀げいこ、作法		
	土 18:00～19:00						
レディーバドミントン教室	金 10:00～12:00	25人	3,000円	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	10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	20人	3,000円	小学生以上の初心者	空手道の基本、形など		
カンフー教室	月 18:00～19:15	20人	2,000円	小学生以上の人	基本動作、礼儀など		
スポーツダンス教室	水 19:00～20:30	20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		
バスケットボール教室	小学生の部	火	17:20～18:40	25人	3,000円	小学生の男女 中学生の男女	ファンダメンタル、ルール、ゲーム、マナー
	中学生の部		18:45～20:30	25人	3,000円		
ソフトテニス教室	小学生の部(入門)	水	17:00～17:45	10人	1,500円	小学3年生～6年生 中学生以上	基本技術、ルール、ゲーム、マナー
	小学生の部(初級)		17:45～18:30	10人			
	一般の部(初級)		18:30～19:30	10人	2,500円		
	一般の部(中級)		19:30～20:30	10人			
卓球教室	小中学生の部	木	18:30～20:00	24人	3,000円	小学3年生～中学生 18歳以上(高校生を除く)	基本技術、ルール、ゲーム、マナー
	一般の部		18:30～20:30	40人	4,000円		
テニス教室	金 18:30～20:30	20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		

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	20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、フィッティング

会場:清水町温水プールわくわく

教室名	曜日・時間	定員	参加料	対象	内容
中級者午前コース	月 9:15～10:15	19人	4,000円	18歳以上の方	25m以上泳げるように
初級者午前コース	月 10:30～11:30	18人	4,000円		クロール・背泳ぎ・平泳ぎで25m泳げるように
初級者夜間コース	水 19:15～20:15	18人	4,500円		