

長期スイミングスクール（通年）参加者募集



締切り 12月8日(土) 21:30
申込み ディスポート南魚沼に用意してある申込み用紙に必要事項を記入し、フロントに提出 ※電話での申込みはできません
選考方法 12月11日(火)19:00から泳力テストを行います（入場料無料）

コース	期間	開催曜日・時間	参加対象者	回数	受講料	
					会員	一般
ビーバー	<通年>後期 (1月～3月)	土曜日 10:00～10:50	年齢 小学生以上 泳力 面かぶりクロールで7m以上泳げること	(全45回) 後期 11回	後期 3,080円	後期 6,170円
イルカ		木曜日 20:00～21:00	年齢 小学生以上 泳力 2泳法で25m以上泳げること		JSC会員 後期 4,620円	

- ・上記受講料のほかに、プール入場料が必要（お得な定期券あり）
- ・教室は、都合で日程・回数・料金などを変更する場合あり。教室の内容などは、スポパラ事務局まで

ディスポート南魚沼 トレーニングルーム マシン使用法講習会

油圧抵抗式マシンを使用し、どなたでも簡単に使い方を覚えられます。

日時 12月9日(日) 12:00～13:30	定員 6人 (先着順)	参加料	会員	無料
会場 ディスポート南魚沼1階 トレーニングルーム	対象 中学生以上		一般	200円
申込み ディスポート南魚沼（電話申込み可）		※施設利用料300円が別途必要です（定期券可）		
持ち物 運動着、室内用シューズ、タオル、飲み物				

心豊かな子育て教室

【問合せ】
 社会教育課生涯学習班
 ☎77316610

子育てのわ（輪・和・話）をひろげよう。初めての人、里帰りの人、上の子を連れた人、おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎です。お住いの地域以外の会場にも参加できます。

共通事項

対象 0～3歳の乳幼児とその保護者など
参加費 一人10円（保険料）
申込み 不要。直接会場まで
 ※動きやすい服装でおこしください

六日町地区 第4回 そだち学級 & 冬の親子サロン 第1回合同開催
日時 12月12日(水)
 午前10時～11時30分
 (受付・午前9時30分～)

会場 市民会館 ホワイエ
内容 立体的なクリスマスカード作りと、クリスマスの音楽を楽しみます

五十沢地区 第1回 そだち学級
日時 12月15日(土)
 午前10時～11時30分
 (受付・午前9時30分～)

会場 五十沢地域開発センター

内容 「みんなで楽しくクリスマス」
大和地域 第3回 そだち学級
日時 12月15日(土)
 午前10時～11時30分
 (受付・午前9時30分～)

会場 大和公民館
内容 「たのしいクリスマス」サントとあそぼう」プレゼントがあります

城内地区 第2回 そだち学級
日時 12月15日(土)
 午前10時～11時30分
 (受付・午前9時30分～)

会場 城内地域開発センター
内容 「みんなで作るクリスマスリース作り」プレゼントがあります

南魚沼市トレーニングセンターの年末年始利用
 【問合せ・申込み】
 南魚沼市トレーニングセンター
 ☎78313290

休館 12月31日(月)・平成31年1月1日(火・祝)
時間変更
 平成31年1月2日(水)～4日(金)
 午前10時～午後8時
通常営業 午前9時～午後10時
 (受付 午後9時まで)