

南魚スポーツパラダイス

公益財団法人南魚沼市文化スポーツ振興公社 スポーツ振興係

〒949-6611 南魚沼市坂戸372
 ディスポー 南魚沼内
 スポパラ ☎773-3210
 ディスポー ☎773-6620

南魚スポーツパラダイス

参加者募集

第6回かんたんツボ押し教室

どなたでも簡単にできるツボ押しを紹介します。自宅で気軽に健康増進できます。

日 3月20日(水) 14:00～15:30

定 10人(先着)

費 会員：新規無料、再受講500円

一般：500円

受付け 2月20日(水) 9:00～

申 ディスポーに設置の申込書に記入し、料金を添えてフロントにお申し込みください。
 ※定員に達し次第締め切ります。(電話での受付はできません) 保険料は、年会費・受講料に含まれます

トレーニングマシン使用法講習会

油圧抵抗式マシンの使い方説明会です。どなたでもマシンを簡単に利用できます。

日 3月10日(日) 12:00～13:30

対 中学生以上

定 6人(先着)

費 会員：無料

一般：200円

※施設利用料300円が別途必要(定期券可)

持 運動着、室内用シューズ、タオル、飲みもの

申 ディスポー南魚沼(電話での申込み可)

市内スキー場 スキーカーニバル情報

市内スキー場で行われる予定のカーニバルイベントを紹介します。

問 商工観光課 ☎773-6665

スキー場名	イベント名	日にち	時間	内容
五日町スキー場	五日町スキーカーニバル	3月9日(土)	16:00～20:00	模擬店、たいまつ滑降、花火大会など
		3月10日(日)	9:30～15:00	餅まき、宝探しなど
石打丸山スキー場	石打丸山スノーカーニバル	3月9日(土)	19:30～21:30	雪上花火大会、抽選会、地酒ほかドリンクサービスなど
シャトー塩沢スキー場	シャトー塩沢スキーカーニバル	3月2日(土)	16:00～	餅つき大会、キャンドルナイト、たいまつ滑降、花火など
八海山麓スキー場	八海山麓ホワイトカーニバル	3月10日(日)	12:00～15:00	ステージイベント、おいしい広場など
上越国際スキー場	上国ウインターカーニバル	3月9日(土)	18:00～21:30	たいまつ滑降、大抽選会、大花火大会など
舞子スノーリゾート	舞子雪上花火	3月9日(土)	20:00～	たいまつ滑降、ふるまいサービス、雪上花火など
ムイカスノーリゾート	ムイカフェス	3月23日(土)・24日(日)	11:00～15:00	屋台など