



# 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

## ディスポート南魚沼

7月の休館日

1日(月)、8日(月)、16日(火)

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

夏季短期 プール監視員募集中 詳しくはお問い合わせください

### 初心者 夏休み短期水泳教室[5日間集中レッスン]

夏休みを利用して、「水慣れとクロールの基本」の短期集中レッスンを行います。この機会に水泳の基礎を身に付けましょう！2コース以上の参加もできます。

期間 ◇7月23日(火)～27日(土)

Aコース 17:05～17:55

Bコース 18:05～18:55

◇7月30日(火)～8月3日(土)

Cコース 17:05～17:55

Dコース 18:05～18:55

(各コースとも全5回)

対象 クロールで25メートル泳げない小学生

定員 各コース50人(先着)

受講料 1コースにつき

会員：1,540円、一般：3,080円

受付開始 7月5日(金) 9:00～

### 小学校親善水泳大会準備コース

大会に向けた短期集中レッスンを行います。

期間 7月20日(土)、23日(火)、24日(水)

19:00～20:00

対象 小学校親善水泳大会に出場する小学5・6年生

定員 30人(先着)

受講料 会員：900円、一般：1,800円

受付開始 7月5日(金) 9:00～

#### 共通事項

保険料 年会費や参加料に含まれます。

※プールの入場料が別途必要(プリペイドカード・定期券などもあります。ご相談ください)

申込み ディスポート南魚沼

### 第3期 ベビーマッサージ教室

赤ちゃんとの肌のふれあいを体感し、親子の絆を深めよう。生後すぐのタッチケアは発育を促進します。講師が、赤ちゃんに直接触れることはありません。

期間 8月8日、22日、29日、9月12日、19日

(木曜日、全5回) 10:30～12:00

対象 生後2か月～ハイハイ前の乳児と母親

定員 11組(先着)

受講料 会員：2,050円、一般4,110円

※別途、材料費500円が必要

受付開始 7月4日(木) 9:00～

### 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。マシンは、どなたでも簡単に利用できます。一部マシンが新しくなりました。ぜひ、ご利用ください。

日時 7月14日(日) 12:00～13:30

対象 中学生以上

定員 6人(先着)

受講料 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「そだち学級」

【問合せ】社会教育課 生涯学習班

☎773-6610

子育てのわ(輪・和・話)を広げよう！気軽に参加ください。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。

城内・五十沢・大巻3地区合同開催

日時 7月13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〔上原〕

内容 みんなで楽しく水遊び！

ミニプール他ボール遊び

対象 0～3歳の乳幼児とその保護者など

費用 1人10円(保険料)

申込み 不要。直接会場まで。

※水遊びのできる服装でおこしください



### 大和地域市民ゴルフ大会参加者募集

【問合せ・申込み】大和観光協会

☎777-3054

期日 8月1日(木)

会場 越後ゴルフ倶楽部〔魚沼市東中〕

費用 5,000円(競技代は別途必要)

締切り 7月15日(月・祝)

※時間などの詳細は、お問い合わせください