



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
DISPORT 南魚沼内
スポパラ ☎ 773-3210
DISPORT ☎ 773-6620

南魚スポーツパラダイス 参加者募集

申ディスポートにある申込書に記入し、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

第2期 リズム体操教室

軽快なリズムに合わせて体を動かし、心と体をリフレッシュしましょう。友達を誘って一緒に体を動かしませんか。

日 9月10日(火)、10月1日(火)、8日(火)、15日(火)、29日(火)、11月12日(火)、19日(火)、26日(火)、12月3日(火)、10日(火) (全10回)

時 13:00 ~ 14:00 対 16歳以上 定 50人 (先着)

費 会員：新規受講無料、再受講 2,050円
一般：4,110円

受付け 7月30日(火) 9:00 ~

第2期 ボディメイキング教室(夜)

やわらかいボールを使った簡単エクササイズです。だれでも気軽に始められる教室です。

日 9月10日(火)、10月1日(火)、8日(火)、15日(火)、29日(火)、11月12日(火)、19日(火)、26日(火)、12月3日(火)、10日(火) (全10回)

時 19:00 ~ 19:50 対 16歳以上 定 25人 (先着)

費 会員：新規受講無料、再受講 2,050円
一般：4,110円

受付け 7月30日(火) 9:00 ~

第3期 スポーツチャンバラ教室

空気の入ったゴム製の剣で戦うスポーツチャンバラを楽しみます。親子での参加も大歓迎です。

日 9月10日(火)、10月1日(火)、8日(火)、15日(火)、29日(火) (全5回) 時 19:00 ~ 20:00

対 小学生以上 定 10人 (先着順) 費 会員：新規受講無料、再受講 1,020円、一般：2,050円

受付け 7月30日(火) 9:00 ~

DISPORT 南魚沼 夏休み特別営業

7月23日(火)~8月31日(土)は、休まず営業します。来館をお待ちしています。

営業時間・利用料金

施設	営業時間		利用料金		
	月~土曜日	日曜日・祝日とお盆(8/13~16)	1回券	夏休みにピッタリな1か月定期券	
プール	10:00~21:00	10:00~18:00	一般	510円	2,570円
			高校生以下・60歳以上	300円	1,540円
アリーナ	9:00~21:30	9:00~18:30	料金は利用面によります。お問い合わせください。		
ランニングトラック			100円	1,020円	
トレーニングルーム			300円	1,540円	

※スポパラ会員は、定期券が30%引きです。アリーナでは、卓球・バドミントン・バレーボールなどができます。利用の際は、電話で空き状況を確認し、ご予約ください

スラックラインパークがオープンします 新スポーツを体験してみませんか

子どもから大人まで、楽しみながら体幹やバランス感覚を鍛えることができます。

時 平日：9:00 ~ 日没まで、日曜日・祝日：9:00 ~ 17:00 (夏休み特別営業期間中は18:00まで)

費 300円/回

対 5歳児(年長)以上の人 ※未就学児は、保護者の付き添いが必要

他 スラックラインパーク内は、DISPORTのフロントで受付後に渡すリストバンドを装着した人のみ入場可能です。今後は、本格的に競技したい人を募集し、スラックラインのクラブを結成予定です。