



令和2年度 長期水泳教室（通年） 参加者募集



締切り 3月11日(水) 21:00

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 3月12日(木) 19:30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
イルカ	〈通年〉 前期 (4月～8月)	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(泳力テストを行い、合格者を決定)	〈全45回〉 前期 19回	前期 無料 JSC会員 前期 6,650円	前期 9,500 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) **JSC会員** ジュニアスポーツクラブ会員
- ・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

陸の教室 通年教室 参加者募集

受講料 **スポパラ会員** 無料

一般 各4,000円【卓球教室のみ1回につき200円(高校生以下は1回100円)】

教室名	開催曜日・時間	期間	教室内容
卓球教室	水・土曜日 10:00～12:00	4月～3月	経験・年齢・性別は問いません。健康づくり・仲間作りに楽しく汗を流しましょう!
	隔週金曜日 19:30～21:00	4月～11月	卓球初心者の小学生集まれ!
長期太極拳教室 (上海蟹)	金曜日 19:30～21:00	4月～3月	正しい姿勢、深い呼吸でゆっくり、なめらかな動きで全身運動をします。 長期間にわたって運動したい人に最適です。
チャレンジ 坂戸山	期間内いつでも	5月1日(金)～ 10月31日(土)	登るほどに味わいが深まる坂戸山に魅せられて、毎年参加者が増加中です。 40回登頂をめざしてチャレンジ!
チャレンジ 世界一周		5月1日(金)～ 令和3年2月28日(日)	「健康増進」「ダイエット」目的はあってもなかなか継続は難しいもの。達成目標を設けて運動します。 (詳しくは、パンフレット・申込書をご覧ください)

※詳しくは、各教室参加者募集要項をご覧ください。不明点はスポパラ事務局まで

- ・都合で日程を変更する場合あり
- ・保険料は年会費と受講料に含まれます(当該教室時のみ有効)

ディスポートに「表彰台フォトスポット」登場!

設置期間 3月3日(火)～15日(日)

場所 ディスポート南魚沼1階ロビー

あなたもメダリストの気持ちを味わってみませんか?

表彰台に乗って記念撮影をしよう!

