



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 ディスポート南魚沼内
ディスポート ☎773・6620 スポパラ ☎773・3210

ディスポート南魚沼

12月の休館日 毎週月曜日
※12日(火)はプール利用不可。23日(土)・24日(日)の営業は、9:00～17:00。プール利用不可
整備休館
12月25日(月)～1月3日(水)

プール無料開放

新年の運動初めはディスポートで！定期券の利用者は、プール利用無料券を進呈します。

☑令和6年1月4日(木) 10:00～16:00

※アリーナ、ランニングトラック、トレーニングルームは9:00～17:00の営業

スポパラ20周年企画

令和6年1月4日(木)の利用者は「開運ディスポくじ」に挑戦できます。すてきなプレゼントが当たるかも！

スポーツ教室体育寺子屋(冬期)初心者アルペンスキー

☑令和6年1月13日～2月10日の土曜日 9:30～11:30

☑小学生(初めて～ボーゲン習得をめざす)

☑定40人(先着順) 費会員 3,000円、一般 4,500円

※リフト代が別途必要 受付 12月5日(火) 9:00～

トレーニングマシン使用法講習会

☑12月17日(日) 12:00～13:30 ☑中学生以上

☑定6人(先着順) 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)

第3期(1月～3月)水泳教室 参加者募集

☑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、フロントにご提出ください。(電話申込み不可)

☑12月10日(日) 16:00

選考方法

申し込みが定員を超えた場合、12月13日(水) 17:00から抽選を行い、落選の場合のみ当日電話で連絡します。

コース(全10回)	開催曜日・時	対・内	受講料	
			会 員	一 般
親子	土曜日 12:00～12:50	☑令和6年1月31日時点で3歳以上のオムツがとれている未就学児と保護者 ☑親子で水慣れ	新規 1,000円	
幼児	水～土曜日 全5コース ※時間は曜日で異なります	☑令和6年1月31日時点で5歳以上の未就学児 ☑水慣れから初歩のクロール	再受講 4,000円	
初級	水～土曜日 全8コース ※時間は曜日で異なります	☑小学生 ☑水慣れ・顔つけから中級コースをめざす小学生	新規 無料	1教室につき 4,500円
中級・上級(小中学生の経験者が対象)も募集します				
レディース	火・木曜日 11:00～12:00	☑16歳以上の女性 ☑顔つけ・水慣れから4泳法	再受講 4,000円	ミニアクアのみ 2,500円
一般	水曜日 19:00～20:00	☑中学生以上 ☑顔つけ・水慣れから4泳法	JSC会員 3,500円	
	金曜日 13:00～14:30	☑16歳以上 ☑4泳法の上達		
シニア	水曜日 14:00～15:00	☑おおむね60歳以上 ☑顔つけ・水慣れから4泳法	2教室目から 4,000円	
水中運動教室	アクアエクササイズ	水曜日 11:10～12:00	☑16歳以上 ☑水の抵抗を利用した筋力・体力アップ	ミニアクアが2教室目か再受講 2,000円
	ミニアクア	木曜日 14:20～14:50		
	水中歩行	金曜日 11:00～12:00		

新規 今年度初めて参加する人 再受講 第1期が第2期に参加した人 JSC会員 ジュニアスポーツクラブ会員

- ・受講料のほかに、プール入場料が別途必要(お得な定期券あり)
- ・教室は、都合で日程・回数・料金などが変更となる場合あり
- ・未就学児は、保護者がスポーツパラダイス会員の場合、会員料金を適用(ディスポート定期券購入時も、会員割引を適用)
- ・締め切り後、空きがある場合、12月14日(水) 9:00～24日(日) 17:00に先着順で追加募集を実施(2教室目も可)