

文化・スポーツ

第20回 南魚沼市ナイトウォーク 参加者募集

市民会館から塩沢牧之通りをめざす10kmの周回コースです。コース上でミニイベントも行います。普段あまり歩くことのない夜のまちを、家族・友人を誘って、歩いてみませんか。(健康ポイント対象事業)

日時 7月27日(土) 雨天決行

(荒天中止)

受付…午後5時～5時50分

出発…午後6時10分

費用 高校生以上1,000円

小学生・中学生500円

小学生未満 無料

定員 500人

その他

- ・懐中電灯を必ず持参し、歩きやすい服装・履きなれた運動靴でご参加ください。
- ・給水所はありません。各自で十分な水分をご用意ください。
- ・ペットの同伴はご遠慮ください。
- ・駐車台数に限りがあるため、公共交通機関の利用や自家

用車の乗り合い、送迎での来場にご協力ください。
④窓口で専用用紙を記入し、参加費を添えてお申し込みください。

申込窓口 生涯スポーツ課

(市民会館内)、大和・塩沢公民館、ディスポート南魚沼

締切 6月3日(月)～7月7日

生涯スポーツ課

☎773・6630

詳しくは



市民のスポーツ奨励 棚村基金推奨金

市では、国内外で開催される競技会(主に全国大会)に出場する市内在住の選手・団体に、推奨金を支給しています。支給は申請が必要です。対象となる場合には、申請書をご提出ください。詳しくは、市ウェブサイトをご覧になるか、お問い合わせください。
※令和5年度奨励選手の紹介は、19ページに掲載

生涯スポーツ課

☎773・6630

南魚スポーツハラダイス

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

6月の休館日 毎週月曜日

〒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 スポハラ ☎773・3210

夏期営業 プール監視員(高校生・学生・一般)募集中

詳しくは、お問い合わせください。

ナイトステップ

期間 7月9日～9月3日の火曜日(全8回) 19:00～20:00

対象 16歳以上 **定員** 25人(先着順) **受講料** 会員:2,800円、一般:4,800円

ナイトフィットネス

期間 7月4日～9月5日の木曜日(全8回) 19:00～20:00

対象 16歳以上 **定員** 25人(先着順) **受講料** 会員:2,800円、一般:4,800円

ナイトヨガ(パワー)

期間 7月5日～9月6日の金曜日(全8回) 19:00～20:00

対象 16歳以上 **定員** 30人(先着順) **受講料** 会員:2,800円、一般:4,800円

デイリーアクア(アクアエクササイズ)

期間 7月16日(火)～19日(金)(全4回) 9:00～10:00 **対象** 16歳以上 **定員** 40人(先着順) **受講料** 会員:1,200円、一般:2,400円

水泳フォーム撮影会

期間 7月13日(土) 11:00～12:00 **対象** 16歳以上(クロールで25m以上泳げる人) **定員** 6人(先着順) **受講料** 会員:無料、一般:600円

共通事項 **受付開始** 6月4日(火) 9:00～
保険料 年会費や受講料に含まれます。(参加する教室のみ有効) ④ディスポート南魚沼に設置の申込書に、料金を添えてお申し込みください。各教室とも定員に達し次第締め切り(電話での申込み不可)

スラックライン講習会

日時 6月19日(水) 17:30～18:30(雨天中止) **対象** だれでも(未就学児の場合は、保護者の付き添いが必要) **定員** 10人(先着順) **受講料** 会員新規:無料、会員再受講・一般:200円
※施設利用料100円が別途必要(定期券可) **持ち物** 運動着、運動靴、タオル、飲み物

トレーニングマシン使用法講習会

日時 6月16日(日) 12:00～13:30 **対象** 中学生以上 **定員** 6人(先着順) **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、室内用運動靴、タオル、飲み物

共通事項 ④ディスポート南魚沼(電話申込み可)