

令和8年度（公財）砺波市スポーツ協会
スポーツ教室（9月～12月・10月～3月）

後期スポーツ教室受講者再募集！

体力づくりに！仲間づくりに！スポーツで健康に！

定員に空きのある教室の再募集
(先着順)

8月18日（火）午前9時～

【申込みについて】

①砺波体育センター窓口にある、指定の申込用紙に必要事項を記入する。



②参加費を添えて砺波体育センター窓口へ提出
定員に達した時点で募集を終了させていただきます。



【注意事項】

- ・納入された参加費は原則として返還いたしません
- ・参加者は参加費のうちから傷害保険に加入します
- ・教室活動中に撮影した写真・映像は本人を特定できない程度でSNSや広報等で使用させていただきます場合があります

お問い合わせ

〒939-1366 砺波市表町18番6号（砺波体育センター）
TEL 0763-32-5240 ／ FAX 0763-33-6448
受付時間 9:00～17:00（土日祝を除く）

①【後期】元気アップ！ヘルシー教室

無理なく楽しめるニュースポーツやストレッチ体操を通して、健康づくりや体力づくりを目指します。みんなで楽しく身体を動かし、元気な毎日に繋げましょう！

期 間：10月5日～3月22日（全12回）

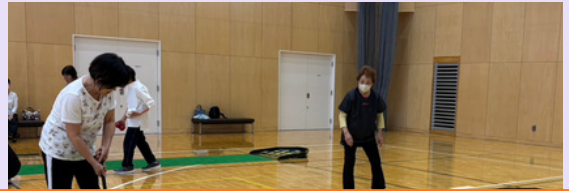
曜 日：月曜日

時 間：10時00分～11時30分

参加費：7,000円（保険料込）

対 象：中高年男女20名

会 場：砺波体育センターアリーナ他



募集人数 11人



②【後期】はじめてのエアロビクス

音楽に合わせて楽しくステップを踏み、全身を使った有酸素運動でシェイプアップを目指しましょう！

期 間：9月1日～12月15日（全12回）

曜 日：火曜日

時 間：19時45分～21時15分

参加費：7,500円（保険料込）

対 象：一般男女15名

会 場：砺波体育センター2階会議室



定員になりました

③【後期】みんなで遊ぼう！ちびっこ教室

広いアリーナで運動あそびやリズムあそびをしたり、お散歩や季節の行事も楽しみながら元気いっぱい活動しましょう！

期 間：10月8日～3月4日（全10回）

曜 日：木曜日

時 間：10時00分～11時00分

参加費：4,500円（保険料込）

対 象：1歳～3歳の未就学児と保護者

会 場：砺波体育センター他



よくある質問（Q&A）

Q. マットやボールなどの道具は必要ですか？

A. 教室で使用するマットやストレッチポール等は貸出しがありますが、ご持参いただいても構いません。教室によっては室内シューズが必要になります。

Q. 参加費の支払いはいつすればいいですか？

A. 受講決定の結果と一緒に支払い案内を同封しますので、期日までに砺波体育センター窓口へお支払ください。

Q. 休む場合の連絡は必要ですか？

A. 基本的には必要ありませんが、教室によっては出欠の確認をする場合があります。体調が優れない場合は自主的に参加を見合わせてください。

Q. 日程変更などはどこで確認できますか？

A. スポーツ協会LINEまたはホームページでお知らせします。各自でご確認ください。



最新情報は公式ホームページ・LINE・
Instagramで配信しています！



ホームページ



LINE



Instagram