

鳥屋野総合体育館 スポーツプログラムガイド 2025年度 秋期 (10月～12月)

【申込期間：6/20(金)～8/3(日)】

※日程・回数・料金等の変更がある場合がございます。受講前にご確認ください!!

【1回参加について】

対象教室の定員を超えるお申込みがあった場合は、急遽ご参加いただけない場合もございます。予めご了承ください。

6/24更新

※『別途入場料必要』と記載のある教室は、参加料の他に毎回入場料(大人310円 / 65歳以上130円)が必要です。

教室名	運動強度 ★×5(きつい) ↑ ★×1(やさしい)	日程												会場	曜日	時間	講師	対象	定員	参加料	65歳 以上 割引	内容	申込 方法
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12										
バドミントン ・初級コース ・中級コース	★★★ (ふつう)	10/6	10/20	10/27	11/10	11/17	12/1	12/8					中体育室	月	9:45 ▼ 11:30	バド協会 堀川和子 早戸多美恵	15歳以上の 初級・中級者 【中学生は除く】	初級 中級 各13名	6500 円	5850円	【初級】ラケットの握り方から基本のストローク、ショットを学び、空振り りずむにラリーできるところまでを目標とします。 【中級】各ストローク、ショットの精度を上げ、ゲームを楽しめるところ までを目標とします。	※	
1回参加できます♪ ほぐれるヨガ (月)	★★ (やさしい)	10/6	10/27	11/10	11/17	12/1	12/8						柔道場	月	13:00 ▼ 14:00	奈美恵	15歳以上 【中学生は除く】	60名	3100 円 〔1回参加 700円〕	2790円	ヨガエクササイズです。身体のゆがみを矯正、リンパの流れ や血行促進、筋肉のコリをほぐしたり関節の柔軟性を向上し ます。※1回参加券をご用意しておりますので、お試しで のご参加も可能です。	※	
やさしいピラティス	★★ (やさしい)	10/6	10/27	11/10	11/17	12/1	12/8						武道館会議室	月	14:10 ▼ 15:00	奈美恵	15歳以上 【中学生は除く】	18名	3900 円	3510円	身体の奥深くにある筋肉(コア)を意識しながら体を動か し、健康的でしなやかな身体を手に入れますよう。	※	
1回参加できます♪ ソフト エアロサーキット NEW	★★★ (ふつう)	10/6	10/20	10/27	11/10	11/17	12/1	12/8					中体育室	月	13:20 ▼ 14:10	圓山優子	15歳以上 【中学生は除く】	60名	3700 円 〔1回参加 700円〕	3330円	『有酸素運動のエアロビクス』と『ボディメイク(自重トレーニン グ)』を交互に繰り返していきます。エアロビクスで体を温めた後、自重を負荷 としたトレーニングを行います。※1回参加券をご用意しております ので、お試しでのご参加も可能です。	※	
シニアエクササイズ	★★ (やさしい)	10/6	10/20	10/27	11/10	11/17	12/1	12/8					中体育室	月	14:30 ▼ 15:30	高野睦子	高齢者	60名	2800円 (シニア割引対象外)		トレーニングの他にレクリエーションなどを交えながら、健康の維持・増進を 目的とした運動を楽しみながらもしっかり行います。 また同世代がたくさん集まりますので、仲間もできて継続しやすい教室です。 ※1回参加券をご用意しておりますので、お試しでのご参加も可能です。	※	
ピラティス (夜)①	★★★ (ふつう)	10/6	10/20	10/27	11/10	11/17	12/1	12/8					研修室	月	18:30 ▼ 19:30	古川春平	15歳以上 【中学生は除く】	23名	4600 円	4140円	身体の奥深くにある筋肉(コア)を意識しながら体を動か し、健康的でしなやかな身体を手に入れますよう。	※	
ピラティス (夜)②	★★★ (ふつう)	10/6	10/20	10/27	11/10	11/17	12/1	12/8					研修室	月	19:40 ▼ 20:40	古川春平	15歳以上 【中学生は除く】	23名	4600 円	4140円			
1回参加できます♪ シェイプアップ エアロビクス	★★★★ (ややきつい)	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9		中体育室	火	9:45 ▼ 10:45	寺山直子	15歳以上 【中学生は除く】	60名	5300 円 〔1回参加 700円〕	4770円	楽しみながらもしっかりと汗をかき、シェイプアップを目的 にしたクラスです。※1回参加券をご用意しております ので、お試しでのご参加も可能です。	※	
1回参加できます♪ ボディコンバット 45(火)	★★★★ (ややきつい)	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9		中体育室	火	10:55 ▼ 11:50	スタッフ	15歳以上 【中学生は除く】	60名	5300 円 〔1回参加 700円〕	4770円	全8曲の45分フォーマットクラスです。あらゆる格闘技の動きをエネル ギッシュな曲にあわせて実践します。ウォーミングアップからストレッチ までを行います。※1回参加券をご用意しておりますので、お試し でのご参加も可能です。	※	
ケア&トレーニング	★★★ (ふつう)	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16		研修室	火	10:00 ▼ 10:45	鎌間愛美	15歳以上 【中学生は除く】	23名	6600 円	5940円	日常に取り入れたセルフケアや、症状別の対処法が学べます。教室 当日の参加者の身体に合わせて、メニューをその場で組み立て 実践していくので、毎回違った感覚で楽しく参加できます。良質 な体の使い方を習得したい人にオススメです。	※	
バレトン ソール・シンセシス	★★★ (ふつう)	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9		研修室	火	11:00 ▼ 11:50	小山千裕	15歳以上 【中学生は除く】	23名	6600 円	5940円	ニューヨーク発の、フィットネスとバレエとヨガを融合させた新感覚エク ササイズです。体幹を鍛えて体を引き締めるとともに、柔軟性もア ップ。動く体を動かさなくてもたっぷり汗をかける有酸素運動です。	※	
骨盤エクササイズ (昼)	★★★ (ふつう)	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9		研修室	火	13:15 ▼ 14:15	宮嶋久恵	15歳以上 【中学生は除く】	23名	6600 円	5940円	骨盤のゆがみを正常な位置にもどす運動をします。きれいなボ ディラインを手に入れたい、ぽっこりお腹を改善したい男女 におすすめです。	※	
からだパー。	★ (やさしい)	10/1	10/8	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10		研修室	水	10:00 ▼ 10:45	鎌間愛美	15歳以上 【中学生は除く】	20名	6600 円	5940円	からだパーという木製のツールを使って、現代人の悩みに多いコリ・ 冷えの解消を中心に、不調の原因となるものを取り除いて心身の健康度 を上げます。運動が苦手な方、身体状態が心配な方、リハビリ中の方、 どなたでも簡単に楽しくできるやさしいプログラムです。	※	
はじめよう！ 太極拳(水) (二十四式)	★★ (やさしい)	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10	剣道場	水	10:30 ▼ 12:00	新潟市武術 太極拳連合会 渡辺芳久	15歳以上 【中学生は除く】	100名	4400 円	3960円	二十四式太極拳の基本技術の習得を目指します。肩こり・腰 痛・ストレス解消に効果があります。ゆったりとした動きが 中心ですが、運動効果が期待できます。老若男女問わずご 参加いただけます。	※	
ヨガ&ピラティス	★★ (やさしい)	10/1	10/8	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10		研修室	水	11:15 ▼ 12:15	宮嶋久恵	15歳以上 【中学生は除く】	23名	6600 円	5940円	ヨガとピラティスを融合したエクササイズです。	※	
ヨガレッチ	★★ (やさしい)	10/1	10/8	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10		研修室	水	13:15 ▼ 14:15	小林真弓	15歳以上 【中学生は除く】	23名	6600 円	5940円	ヨガの要素を中心に、全身を鍛えるストレッチで構成されていま す。きれいな音楽を効果的に取り込む呼吸法で、身体深部の筋力伸 張を高め、体力の向上・心身のリラクセスを目的としています。	※	
フラダンス	★★★ (ふつう)	10/1	10/8	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10		研修室	水	19:00 ▼ 20:00	ハーラウオ グワイウル 五十嵐早奈恵	15歳以上 【中学生は除く】	23名	6600 円	5940円	フラの初心者クラスです。年齢や体型に関係なく気軽に楽し むことができます。激しい動きはありませんが、全身の筋肉 を使いますので、かなりの運動量になります。	※	
ボディコンバット	★★★★★ (きつい)	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3		中体育室	水	19:30 ▼ 20:30	スタッフ	15歳以上 【中学生は除く】	60名	5300 円	4770円	全10曲の60分フォーマットクラスです。あらゆる格闘技の動きをエネル ギッシュな曲にあわせて実践します。ウォーミングアップからストレッチ までを行います。	※	
ピラティス(午前)	★★★ (ふつう)	10/2	10/23	10/30	11/6	12/4							研修室	木	9:45 ▼ 10:45	古川春平	15歳以上 【中学生は除く】	23名	3300 円	2970円	身体の奥深くにある筋肉(コア)を意識しながら体を動か し、健康的でしなやかな身体を手に入れますよう。	※	
骨盤 コンディショニング	★★★ (ふつう)	10/2	10/23	10/30	11/6	12/4							研修室	木	11:00 ▼ 12:00	古川春平	15歳以上 【中学生は除く】	23名	3300 円	2970円	ストレッチボールやコンディショニングボールを用いて、身 体のゆがみを正常な状態に戻す運動を行います。ポツコリお ながに気になる方や美しいボディラインを目指す方にもおす ずめです。	※	
二十四式太極拳 (復習編)	★★ (やさしい)	10/2	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/27	12/4				剣道場	木	10:30 ▼ 12:00	新潟市武術 太極拳連合会 野口真奈美	15歳以上の経験者 【中学生は除く】	80名	3200 円	2880円	二十四式太極拳の基本技術の復習を行い、さらなる習熟を目 指します。	※	
1回参加できます♪ ZUMBA GOLD	★★★ (ふつう)	10/30	11/6	12/4									中体育室	木	10:45 ▼ 11:30	林 美紗	15歳以上 【中学生は除く】	50名	1500 円 〔1回参加 700円〕	1350円	中高齢者、フィットネス初心者、ダンス初心者などを対象と したプログラムです。急な方向転換がなく、ダンスが苦手な 方にもわかりやすいです。※1回参加券をご用意 しておりますので、お試しでのご参加も可能です。	※	
1回参加できます♪ ZUMBA (午前)	★★★★ (きつい)	10/30	11/6	12/4									中体育室	木	11:45 ▼ 12:30	林 美紗	15歳以上 【中学生は除く】	50名	1500 円 〔1回参加 700円〕	1350円	ラテン系の音楽とダンスを融合させて創作されたエクササイズで す。その特徴は、ダイナミックでエキサイティングなインター バルトレーニング形式です。心臓機能向上や脂肪燃焼に最適なエク ササイズです。※1回参加券をご用意しておりますので、お試 しでのご参加も可能です。	※	
1回参加できます♪ やさしい健康	★★ (やさしい)	10/23	10/30	11/6	12/4								中体育室	木	13:10 ▼ 14:10	スタッフ	高齢者	60名	1000円 〔1回参加 400円〕 (シニア割引対象外)		高齢者向けの、やさしい強度で運動を行います。分かりやす い内容なので、運動が苦手な方でも安心してご参加いただ けます。健康の維持に最適な教室です。※1回参加券をご用意 しておりますので、お試しでのご参加も可能です。	※	
シニアのための リズムダンス エクササイズ	★★ (やさしい)	10/23	10/30	11/6	12/4								中体育室	木	14:20 ▼ 15:10	小林真弓	高齢者	60名	1600円 (シニア割引対象外)		馴染みのある楽曲に合わせて動くリズムダンスエクササイズ です。ゆっくりとしたテンポの曲を使用します。中高齢者の 方におススメです。	※	
ボディコンバット45 (木)	★★ (やさしい)	10/23	10/30	11/6	12/4								中体育室	木	19:00 ▼ 19:45	横浜 誠	15歳以上 【中学生は除く】	70名	2100 円 ②	1890円	全8曲の45分フォーマットクラスです。あらゆる格闘技の動きをエネル ギッシュな曲にあわせて実践します。ウォーミングアップからストレッチ までを行います。	※	
1回参加できます♪ ZUMBA (夜)	★★★★ (きつい)	10/30	11/6	12/4									中体育室	木	20:00 ▼ 20:45	林 美紗	15歳以上 【中学生は除く】	50名	1500 円 〔1回参加 700円〕	1350円	ラテン系の音楽とダンスを融合させて創作されたエクササイズで す。その特徴は、ダイナミックでエキサイティングなインター バルトレーニング形式です。心臓機能向上や脂肪燃焼に最適なエク ササイズです。※1回参加券をご用意しておりますので、お試 しでのご参加も可能です。	※	
ほぐれるヨガ(木)	★★ (やさしい)	10/2	10/23	10/30	11/6	12/4							研修室	木	13:10 ▼ 14:10	奈美恵	15歳以上 【中学生は除く】	23名	3300 円	2970円	ヨガエクササイズです。身体のゆがみを矯正、リンパの流れ や血行促進、筋肉のコリをほぐしたり関節の柔軟性を向上し ます。	※	
骨盤エクササイズ(夜)	★★★ (ふつう)	10/2	10/23	10/30	11/6	12/4							研修室	木	18:30 ▼ 19:15	宮嶋久恵	15歳以上 【中学生は除く】	23名	3300 円	2970円	骨盤のゆがみを正常な位置にもどす運動をします。きれいなボ ディラインを手に入れたい、ぽっこりお腹を改善したい男女に おおすすめです。	※	
はじめよう！ 太極拳(金) (二十四式)	★★ (やさしい)	10/3	10/10	10/17	11/7	11/14	11/21	11/28	12/5	12/12			剣道場	金	10:30 ▼ 12:00	新潟市武術 太極拳連合会 高木啓二	15歳以上 【中学生は除く】	80名	3600 円	3240円	二十四式太極拳の基本技術の習得を目指します。肩こり・腰 痛・ストレス解消に効果があります。ゆったりとした動きが 中心ですが、運動効果が期待できます。老若男女問わずご 参加いただけます。	※	
1回参加できます♪ ハツラツ健康	★★★ (ふつう)	11/7	11/21	12/5	12/12								中体育室	金	13:30 ▼ 14:30	斎藤博俊	中高齢者	50名	1300 円 〔1回参加 500円〕	1170円	トレーニングの他にレクリエーションなどを交えながら、健康の維持・ 増進を目的とした運動を楽しみながらもしっかり行います。また同世代 がたくさん集まりますので、仲間もできて継続しやすい教室です。※1 回参加券をご用意しておりますので、お試しでのご参加も可能です。	※	
からだリセットヨガ	★★★ (ふつう)	10/3	10/10	11/7	11/21	12/5							研修室	金	13:15 ▼ 14:00	宮嶋久恵	15歳以上 【中学生は除く】	23名	3300 円	2970円	身体をほぐしながら、日頃の疲れやストレスをリセット。心と身 体のバランスを整え、心地よさを実感できます。	※	
ピラティス(金)	★★★ (ふつう)	10/3	10/10	11/7	11/21	12/5							研修室	金	14:15 ▼ 15:00	宮嶋久恵	15歳以上 【中学生は除く】	23名	3300 円	2970円	身体の奥深くにある筋肉(コア)を意識しながら体を動か し、健康的でしなやかな身体を手に入れますよう。	※	
あなたのための トレーニングメニュー つくります！	★★ (やさしい)	通年(水曜日か土曜日)※ただし、祝祭日と7・8月の土曜日を除く。 13:30～15:30 体力測定&メニュー作成あわせて2時間程度										【予約制】 翌月分まで予約できます				スタッフ	15歳以上 【中学生は除く】	1予約 1～2名	無料 別途入場料 必要	—	トレーニング初心者対象プログラムです。 体力測定の結果をもとに、個人の体力や目的に合わせたトレーニ ングメニューを作成します。スタッフがマンツーマンで指導いた します。	▲	

鳥屋野総合体育館 スポーツプログラムガイド 2025年度 秋期 (10月～12月)

【申込期間：6/20(金)～8/3(日)】

※日程・回数・料金等の変更がある場合がございます。受講前にご確認ください!!

【お知らせ】屋内プール シャワーブースを一部、ご利用を制限させていただいております。教室入退場時、混雑が予想されます。予めご了承くださいませ。



【1回参加について】

対象教室の定員を超えるお申込みがあった場合は、急遽ご参加いただけない場合もございます。予めご了承ください。

6/24更新

※『別途入場料必要』と記載のある教室は、参加料の他に毎回入場料(大人610円 / 65歳以上小中・学生250円)が必要です。

教室名		運動強度 ★×5（きつい） ↑ ★×1（やさしい）	日程												会場	曜日	時間	講師	対象	定員	参加料	65歳 以上 割引	内容	申込 方法	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12											
1回参加できます♪ アクアエクササイズ 時間が変わりました！		★ ★ ★ ~ ★ ★ ★ ★ ★ (ふつう~きつい)	10/6	10/20	10/27	11/10	11/17	12/1	12/8						屋内プール	月	9:45 ▼ 10:30	篠間愛美	15歳以上の女性 【中学生は除く】	70名	5600 (1回参加 1200円)	円	5040円	水の特性である浮力・水圧・抵抗を生かして、水中のエアロビクスでシェイプアップを目指します。 横や腹に不安がある方でも大丈夫。さらに女性専用のプールがありますので、安心して参加できます。※1回参加費をご用意しておりますので、お試しのご参加も可能です。	※
1回参加できます♪ アクアウォーキング＆ フィットネス NEW		★ ★ ★ (ふつう)	10/6	10/20	10/27	11/10	11/17	12/1	12/8						屋内プール	月	10:45 ▼ 11:30	篠間愛美	15歳以上 【中学生は除く】	40名	5600 (1回参加 1200円)	円	5040円	歩きながら水中ダンベルやヌードルを使ってトレーニングを行います。自分の意志で動かせる400gの筋肉を丁寧に動かすと、不労筋も疲労筋も減り身体が楽になります。【履いて動える】が気持ちよくて、疲労回復効果も期待できます。自分のペースで取り組めるので、どなたでも安心してご参加いただけます。※1回参加費をご用意しておりますので、お試しのご参加も可能です。	※
やさしい プールde健康		★ ★ (やさしい)	10/7	10/21	10/28	11/11	11/18	12/2	12/9						屋内プール	火	14:00 ▼ 15:00	時間・講師が変わりました！ 斎藤博俊	高齢者	40名	1800円 別途入場料必要 (シニア割引対象外)			水の特性を生かし、高齢者向けのやさしい強度で運動します。水中ダンベルを使用した筋力トレーニングやレクリエーションなども交えた内容となっています。楽しく健康に効果のある運動を生活に取り入れましょう。	※
午後の水泳	やさしい クロール 背泳ぎ コース	コース名が変わりました！ ★ ★ (やさしい)	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3			屋内プール	水	14:00 ▼ 15:00	新潟水泳協会 レディース部	泳ぎの苦手な方 クロールで25m程度 泳げる15歳以上 【中学生は除く】	10名	4000 円 別途入場料 必要	3600円	ターンを習得し、クロールで50m以上、背泳ぎで25m完泳を目指します。	※	
	ゆったり 平泳ぎ コース	★ ★ ★ (ふつう)																	加えて50m 平泳ぎで25m 泳げる 15歳以上 【中学生は除く】	16名			平泳ぎの基本を習得し、25m泳げることを目指します。		
ナイト水泳	はじめて クロール 背泳ぎ コース しっかり クロール 背泳ぎ コース	★ ★ (やさしい)	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3			屋内プール	水	19:00 ▼ 20:00	新潟水泳協会 レディース部	泳げない15歳以上	10名	4000 円 別途入場料 必要	3600円	水慣れから始め、泳ぎの基本を学び、クロールで25m完泳を目指します。また、背泳ぎの導入部分を行います。	※	
		★ ★ ★ (ふつう)																	加えて25m泳げる 15歳以上	16名			ターンを習得し、クロールで50m以上、背泳ぎで25m完泳を目指します。		
女性の ための水泳	クロール 背泳ぎ コース	★ ★ ★ (やさしい)	10/3	10/10	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	11/28	12/5			屋内プール	金	10:00 ▼ 11:00	新潟水泳協会 レディース部	加えて25m泳げる 15歳以上の女性	10名	8000 円	7200円	ターンを習得し、クロールで50m以上、背泳ぎで25m完泳を目指します。	※	
	平泳ぎ コース	★ ★ ★ (ふつう)																	加えて50m 背泳ぎで25m 泳げる15歳以上の 女性	10名			平泳ぎの基本を習得し、25m以上泳げることを目指します。		
	バタフライ 初級コース	★ ★ ★ (ふつう)																	コースが変わりました！	クロールで50m 背泳ぎ・平泳ぎで25m 泳げる15歳以上の女性			10名		バタフライの基本を習得し、25m完泳を目指します。
	バタフライ 中級コース	★ ★ ★ ★ (きつい)																		クロールで50m 背泳ぎ・平泳ぎ バタフライで25m 泳げる15歳以上の女性			16名		バタフライの泳力向上を目指します。
	4泳法 コース	★ ★ ★ ★ ★ (きつい)																		4泳法が泳げる 15歳以上の女性			16名		4泳法の完成度を上げ、100m個人メドレーの完泳を目指します。
ちびっこクロール		★ ★ (やさしい)	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9			屋内プール	火	時間が変わりました！ 16:45 ▼ 17:45	新潟水泳協会 レディース部	小学3～4年生	20名	4000円 別途入場料 必要	—	水慣れからクロールで25m完泳を目指します。	※	
おしえて水泳		★ ★ (やさしい)	通年 第1、第3月曜日 (祝日および夏期繁忙期7・8月を除く)												屋内プール		13:30 ▼ 14:30	ボランティア 指導員	屋内プール 利用者	なし	無料 別途入場料 必要	—	屋内プール利用者を対象に、ボランティアスタッフが泳ぎのフンドポイントレッスンをを行います。	●	

【申込方法】

申込には会員登録が必要です！

※

直接窓口か、HP・メール・FAXで①～③を明記の上、8月3日(日)(必着)までにお申込みください

①会員番号 ②氏名(ふりがな) ③教室名(複数ある場合はすべて記入)

1回参加の方は事前の申込は必要ありません。開催日に直接ご来館ください(1回参加のある教室のみ)

▲

直接窓口または、電話でお申込みください。随時受け付けております。

●

開催日に直接会場へお越しください。(事前の申込不要)

■

後日、館内掲示・市報・ホームページ等でお知らせします

【重要!!】

最少開催人数が設定されています。

申込み切の時点で各教室、最少開催人数(6名)に満たない場合は

誠に申し訳ございませんが、開催を中止させていただきます。

【申込・問合せ先】鳥屋野総合体育館

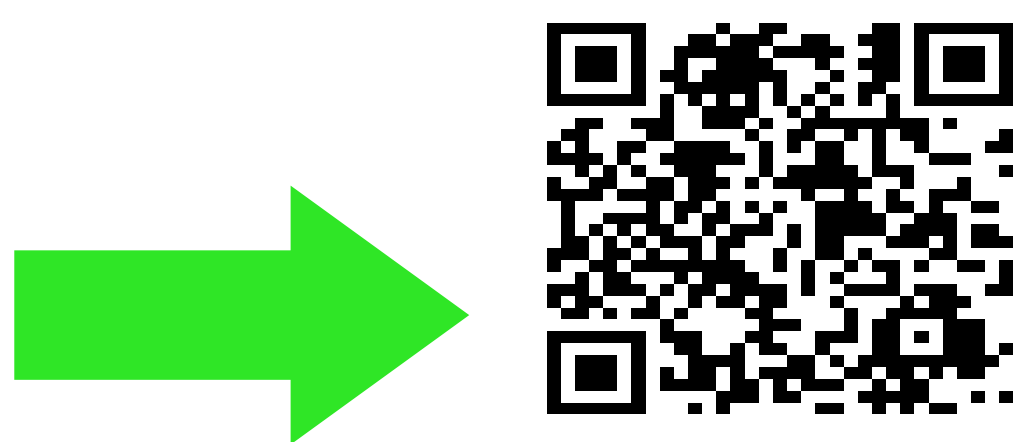
〒950-0986 中央区神道寺南2-3-46

TEL：025-241-4600

FAX：025-241-4625

mail：toyano@niigata-kaikou.jp

ホームページ
【にいがたスポーツ情報ナビ】は
こちらからご覧くださいませ



※ 申込み方法が「※」、「■」の場合は事前に会員登録が必要です。
本人確認ができる証明書をお持ちになり、体育館窓口までお越しください。

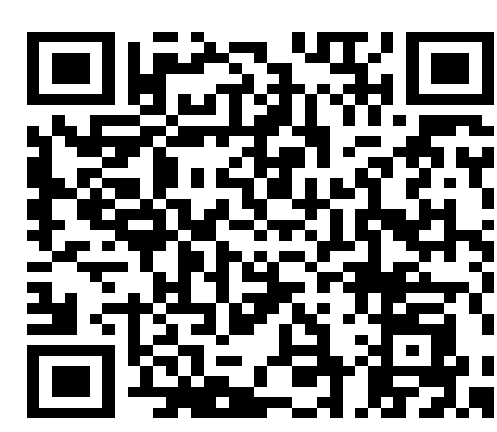
※ 定員を超えるお申込みがあった場合は、抽選をさせていただきます。
詳しくは、お申し込み時にお渡しする各教室の案内をご覧ください。

各種割引のご案内

- シニア割引
対象教室の65歳以上の参加者は参加料10%割引となります。
※1回参加は対象外となります。
※2025年度中に65歳を迎えられる方も対象となります。
- 障がい者割引
参加料が半額となります。
※会員登録時、手帳の提示が必要です。
- いきいきポイント
1回の参加につき10ポイント贈呈いたします。
100ポイント貯まるごとに次回のお支払い時に、自動で100円お値引きされます。



スポーツ教室紹介動画や最新情報を発信しております



開発公社スポーツプロモーション課

ID:@464bsjyv

※下記の鳥屋野総合体育館をお友だち登録いただくと、教室の休講連絡イベント案内などが配信されます。

みなさま、是非友だち登録をお願いいたします！！
(現在、教室の休講案内はLINEの配信・ホームページでの案内となります。)

施設側から参加者の皆さまへの電話連絡はいたしませんのでご了承ください!!!



鳥屋野総合体育館

ID:@430iplzv

