



新潟市陸上競技場 スポーツ教室プログラムガイド



2025冬号

スクール名	曜日	時間	期 間										回数	費用	対象	定員	65歳以上割引	内容
			①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩						
初心者向け ナイタージョギング	月	19:00 ▼ 20:30	1/5	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	3/2	3/9			8回	参加料3,200円 入場料別途必要	15歳以上で ジョギング 初心者の方 (中学生を除く)	30名	○	ジョギング初心者の方を対象にした教室です。お気軽にご参加ください。
紹介キャンペーン対象 マラソングリニック (午前)	火	10:00 ▼ 11:30	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3			8回	参加料3,200円 入場料別途必要	15歳以上 (中学生を除く)	30名	○	ランニングにつながる身体作りについての講義や室内でもできるトレーニング、それらを生かした実践を行います。
マラソングリニック (夜)	金	19:00 ▼ 20:30	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6		9回	参加料3,600円 入場料別途必要	15歳以上 (中学生を除く)	30名	○	ランニングにつながる身体作りについての講義や室内でもできるトレーニング、それらを生かした実践を行います。
ヨガ&体幹・骨盤 調整エクササイズ (午前)		10:00 ▼ 11:00	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27			8回	参加料5,200円 入場料込み	15歳以上 (中学生を除く)	20名	○	ヨガを取り入れたエクササイズで体幹や骨盤を整え、しなやかな身体を作りましょう。

【教室を受講される皆様へ】

- 教室の休講案内は、LINE配信とホームページでのご案内になります。
- 定員を超える申込があった場合には、抽選とさせていただきます。
- 申込が少数の教室は中止となる場合がございますので、予めご了承ください。

申込フォームはこちら!!



【申込期間】 11月16日(日)～ 12月14日(日)必着

【申込方法】 **窓口**または**ホームページ申込フォーム**(<https://niigata-kaikou.jp/entry/>)からお申込みください。

※メンバーズカードの作成が必要です。

ホームページでは
さまざまな情報を
発信しています!



LINE@でも
情報発信しています。
休講情報等はここから!

LINE 友だち追加



YouTube
もやっています。
チャンネル登録
お願いします!



新規会員を紹介して
割引券をGETしよう!



【申込み・問合せ】新潟市陸上競技場 〒951-8132 新潟市中央区一番堀通町3番地1

電話:025-266-8111 HP:<https://niigata-kaikou.jp>

