

鳥屋野総合体育館 スポーツプログラムガイド 2026年度 秋期 (10月～12月)

【申込期間：6/28(日)～8/9(日)】 ※ 定員に達していない教室は随時、窓口かお電話にて申込を受け付けます。【先着になります!!】



※日程・回数・料金等の変更がございます。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。

9/24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										振替開催 予備日	会場	曜	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												
バドミントン・ 初級コース・ 中級コース	※ 申込終了!!	10/5	10/19	11/9	11/16	11/30	12/7					12/14	12/21	中体育室	月	9:45 ▼ 11:30	バド協会 堀川和子 岸戸多美恵	15歳以上の 初級・中級者 【中学生は除く】	初級 中級 各13名	5500 円	4950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、壁 跳りせずに打つことができるようになるまで目標とします。 【中級】をストローク、ショットの精度を上げ、ゲームを楽しむところ 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）	10/5	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	12/7			12/14	12/21	柔道場	月	13:00 ▼ 14:00	奈美恵	15歳以上 【中学生は除く】	60名	4200 円 （1回参加 700円）	3780円	ヨガエクササイズです。身体の中みを矯正、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 ししてのご参加も可能です。	※
やさしいピラティス	※ 申込終了!!	10/5	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	12/7			12/14	12/21	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	5200 円	4680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	★★★ （ふつう）	10/5	10/19	11/9	11/16	11/30	12/7					12/14	12/21	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	3100 円 （1回参加 700円）	2790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行います。エアロビクスで体を温めた後、自重 エクササイズと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、お試ししてのご参加も可能です。	※
シニアエクササイズ	※ 申込終了!!	10/5	10/19	11/9	11/16	11/30	12/7					12/14	12/21	中体育室	月	14:30 ▼ 15:30	高野睦子	高齢者	60名	2400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 ししてのご参加も可能です。	※
ピラティス （夜）①	※ 申込終了!!	10/5	10/19	10/26	11/9	11/16	11/30	12/7				12/14	12/21	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	※ 申込終了!!	10/5	10/19	10/26	11/9	11/16	11/30	12/7				12/14	12/21	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		※
シェイプアップ エアロビクス	※ 申込終了!!	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8		12/15	12/22	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	4700 円	4230円	楽しみながらももしっかりと汗をかき、シェイプアップ目 的のにしたクラスです。	※
1回参加できます♪ ボディコンパット 45（火）	★★★★ （ややきつい）	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8		12/15	12/22	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	4700 円 （1回参加 700円）	4230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 ギッシュに変えて実践します。ウォーミングアップからス トレッチまで行います。※1回参加券をご用意しておりますので、お試 ししてのご参加も可能です。	※
ケア&トレーニング	※ 申込終了!!	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8		12/15	12/22	研修室	火	10:00 ▼ 10:45	鎌間愛美	15歳以上 【中学生は除く】	23名	5900 円	5310円	日常に取り入れたいセルフケアや、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	※ 申込終了!!	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8		12/15	12/22	研修室	火	11:00 ▼ 11:50	小山千裕	15歳以上 【中学生は除く】	23名	5900 円	5310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。体幹を鍛えて引き締めるとともに、柔軟性も アップ！楽し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）	※ 申込終了!!	10/6	10/13	10/20	10/27	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15		12/22	-	研修室	火	13:15 ▼ 14:15	宮嶋久恵	15歳以上 【中学生は除く】	23名	5900 円	5310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。	※
からだバー®	※ 申込終了!!	10/7	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9			12/16	12/23	研修室	水	10:00 ▼ 10:45	鎌間愛美	15歳以上 【中学生は除く】	20名	5200 円	4680円	からだバー®という本職のツールを使って、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、どんなでも運動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）	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23	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	4000 円	3600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 きを中心ですが、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 （昼） 教室名が変わりました！	※ 申込終了!!	10/7	10/28	11/4	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16			12/23	-	研修室	水	11:15 ▼ 12:15	宮嶋久恵	15歳以上 【中学生は除く】	23名	5200 円	4680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（水） 教室名・時間が変わりました	※ 申込終了!!	10/7	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9			12/16	12/23	研修室	水	13:15 ▼ 14:00	小林真弓	15歳以上 【中学生は除く】	23名	5200 円	4680円	ヨガの要素を中心に、全身を調整するストレッチで構成されていま す。きれいな動きを効果的に体に取り込む呼吸法で、身体深部の新 陳代謝を高め、体力の向上・心身のリラックスを目的としています。	※
フラダンス	※ 申込終了!!	10/7	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9			12/16	12/23	研修室	水	19:00 ▼ 20:00	ハラウオ ヴィアウル 五十嵐早奈恵	15歳以上 【中学生は除く】	23名	5200 円	4680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。楽しい動きはありませんが、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。	※
ボディコンパット	※ 申込終了!!	10/7	10/14	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2			12/16	12/23	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	4200 円	3780円	全10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 ギッシュに変えて実践します。ウォーミングアップからス トレッチまで行います。	※
ピラティス（午前）	※ 申込終了!!	10/1	10/29	11/26	12/3							12/17	12/24	研修室	木	9:45 ▼ 10:45	古川春平	15歳以上 【中学生は除く】	23名	2600 円	2340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	※ 申込終了!!	10/1	10/29	11/26	12/3							12/17	12/24	研修室	木	11:00 ▼ 12:00	古川春平	15歳以上 【中学生は除く】	23名	2600 円	2340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。ぽっこ りおなかや腰が気になる方や美しいボディラインを目指す 方にもおすすめです。	※
二十四式太極拳 （復習編）	★★ （やさしい）	10/1	10/15	10/22	10/29	11/19	11/26	12/3				12/17	12/24	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	2800 円	2520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）	10/15	11/19	11/26	12/3							-	-	中体育室	木	10:45 ▼ 11:30	林 美紗	15歳以上 【中学生は除く】	50名	2100 円 （1回参加 700円）	1890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くできています。※1回参加券を ご用意しておりますので、お試ししてのご参加も可能 です。	※
1回参加できます♪ ZUMBA （午前）	★★★★ （きつい）	10/15	11/19	11/26	12/3							-	-	中体育室	木	11:45 ▼ 12:30	林 美紗	15歳以上 【中学生は除く】	50名	2100 円 （1回参加 700円）	1890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、ダイナミックでエネルギー溢れるインターバ ルトレーニング形式です。心肺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、お試しして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）	10/1	10/15	10/29	11/19	11/26	12/3					12/17	12/24	中体育室	木	13:10 ▼ 14:10	スタッフ	高齢者	50名	1600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、お試ししてのご 参加も可能です。	※
ヨガレッチ（木） NEW	※ 申込終了!!	10/15	10/22	10/29	11/5	11/19	11/26	12/3				12/17	12/24	武道館会議室	木	13:15 ▼ 14:00	小林真弓	15歳以上 【中学生は除く】	15名	4600 円	4140円	ヨガの要素を中心に、全身を調整するストレッチで構成されていま す。きれいな動きを効果的に体に取り込む呼吸法で、身体深部の新 陳代謝を高め、体力の向上・心身のリラックスを目的としています。	※
シニアのための リズムダンス エクササイズ	※ 申込終了!!	10/1	10/15	10/29	11/19	11/26	12/3					12/17	12/24	中体育室	木	14:20 ▼ 15:10	小林真弓	高齢者	60名	2400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 高年齢者の方におススメです。	※
1回参加できます♪ ボディコンパット45 （木）	★★ （やさしい）	10/1	10/15	10/29	11/19	11/26	12/3					12/17	12/24	中体育室	木	19:00 ▼ 19:45	横浜 誠	15歳以上 【中学生は除く】	70名	3100 円 （1回参加 700円）	2790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 ギッシュに変えて実践します。ウォーミングアップからス トレッチまで行います。※1回参加券をご用意しております ので、お試ししてのご参加も可能です。	※
1回参加できます♪ ZUMBA （夜）	★★★★ （きつい）	10/15	11/19	11/26	12/3							-	-	中体育室	木	20:00 ▼ 20:45	林 美紗	15歳以上 【中学生は除く】	50名	2100 円 （1回参加 700円）	1890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、ダイナミックでエネルギー溢れるインターバ ルトレーニング形式です。心肺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、お試ししてのご参加も可能です。	※
1回参加できます♪ ほぐれるヨガ（木）	★★ （やさしい）	10/1	10/29	11/19	11/26	12/3						12/17	12/24	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 （1回参加 900円）	2970円	ヨガエクササイズです。身体の中みを矯正、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 ししてのご参加も可能です。	※
骨盤エクササイズ（夜）	★★★ （ふつう）	10/1	10/29	11/19	11/26	12/3						12/17	12/24	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 い男女におすすめです。	※
ヨガ&ピラティス （夜） NEW	※ 申込終了!!	10/1	10/29	11/19	11/26	12/3						12/17	12/24	研修室	木	19:30 ▼ 20:15	宮嶋久恵	15歳以上 【中学生は除く】	23名	3300 円	2970円	ヨガとピラティスを融合したエクササイズです。	※
はじめよう！ 太極拳（金） （二十四式）	★★ （やさしい）	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/13	11/20	12/4	12/11		12/18	12/25	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 きを中心ですが、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）	10/2	10/16	11/13	11/20	12/4						12/18	12/25	中体育室	金	13:30 ▼ 14:30	斎藤博俊	中高齢者	50名	1600 円 （1回参加 500円）	1440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行うことができます。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、お試ししてのご参加も可能です。	※
気軽に健康 美ウォーキング NEW	※ 申込終了!!	10/2	10/9	10/30	11/13	11/20	12/4	12/11				12/18	12/25	研修室	金	10:30 ▼ 11:30	福岡こづえ	15歳以上 【中学生は除く】	18名	4600 円	4140円	肩こり・腰痛・膝痛は姿勢が原因かも。骨格や身体を整 え、身体をゆめのない使い方や歩き方を変えたらシニア の脚がスリリと長くなる！何歳からでも遅くはありませ ん。健康で美しく歩いてみませんか。	※
1回参加できます♪ からだリセットヨガ	★★★ （ふつう）	10/2	10/9	10/30	11/20	12/4	12/11	12/18				12/25	-	研修室	金	13:15 ▼ 14:00	宮嶋久恵	15歳以上 【中学生は除く】	23名	4600 円 （1回参加 900円）	4140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、心地よさを体験でき ます。※1回参加券をご用意しておりますので、お試 ししてのご参加も可能です。	※
ピラティス（金）	※ 申込終了!!	10/2	10/9	10/30	11/20	12/4	12/11	12/18				12/25	-	研修室	金	14:15 ▼ 15:00	宮嶋久恵	15歳以上 【中学生は除く】	23名				

鳥屋野総合体育館 スポーツプログラムガイド 2026年度 秋期 (10月～12月)

【申込期間：6/28(日)～8/9(日)】 ※ 定員に達していない教室は随時、窓口かお電話にて申込を受け付けます。【先着になります!!】

※日程・回数・料金等の変更がございます。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。

9/24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	振替開催 予備日										
1回参加できます♪ アクアエクササイズ	★★★★★ (ふつう～きつい)	9/28	10/5	10/19	10/26	11/9	11/16	11/30	12/7			12/14 12/21	屋内プール	月	9:45 ▼ 10:30	鎌間愛美	15歳以上の女性 【中学生は除く】	70名	6400 (1回参加 1200円)	5760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。 水中ウォーキングや水中ジョギングなど、水中ならではの運動を行います。また、水中ウォーキングや水中ジョギングなど、水中ならではの運動を行います。また、水中ウォーキングや水中ジョギングなど、水中ならではの運動を行います。	※
1回参加できます♪ アクアウォーキング & フィットネス	★★★ (ふつう)	9/28	10/5	10/19	10/26	11/9	11/16	11/30	12/7			12/14 12/21	屋内プール	月	10:45 ▼ 11:30	鎌間愛美	15歳以上 【中学生は除く】	40名	6400 (1回参加 1200円)	5760円	歩きながら水中ダンベルやスネードを使ってトレーニングを行います。自分のペースで動かせる400gの自重を丁寧に動かすことで、下半身の筋肉を鍛え、姿勢を良くし、体幹を鍛えます。また、水中ウォーキングや水中ジョギングなど、水中ならではの運動を行います。	※
1回参加できます♪ プールde健康	★★ (やさしい)	9/29	10/6	10/20	10/27	11/10	11/17	12/1	12/8			12/15 12/22	屋内プール	火	14:00 ▼ 15:00	斎藤博俊	高齢者	40名	2100円 (1回参加 400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エクササイズなど、水中ならではの運動を行います。また、水中ウォーキングや水中ジョギングなど、水中ならではの運動を行います。	※
午後の水泳	やさしいクロール背泳ぎコース ※開催中止!!	※【やさしいクロール背泳ぎコース】は開催中止になりました!!											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】	16名	3600円 別途入場料必要	3240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)	9/30	10/7	10/14	10/28	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9		12/16 12/23									平泳ぎの基礎を習得し、25m泳げることを目指します。	
ナイト水泳	やさしいクロール背泳ぎコース ※開催中止!!	※【やさしいクロール背泳ぎコース】は開催中止になりました!!											屋内プール	水	19:00 ▼ 20:00	新潟水泳協会 レディース部	泳ぎの苦手な方 15歳以上 【中学生は除く】	10名	3600円 別途入場料必要	3240円	クロールと背泳ぎの基礎を習得し、無理なく楽しみながら25m完泳を目指します。	※
	平泳ぎコース ※申込終了!!	9/30	10/7	10/14	10/28	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9		12/16 12/23									平泳ぎの基礎を習得し、25m完泳とクロール・背泳ぎの泳力向上を目指します。	
女性のための水泳	クロール背泳ぎコース ★★ (やさしい)												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 【中学生は除く】	10名	5600円	5040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 ※申込終了!!																加えて50m泳げる15歳以上の女性 【中学生は除く】	10名			平泳ぎの基礎を習得し、25m以上泳げることを目指します。	
	バタフライ初級コース ※申込終了!!	9/25	10/23	11/6	11/13	11/20	12/4	12/11				12/18 12/25					クロールで50m泳ぎ・平泳ぎで25m泳げる15歳以上の女性 【中学生は除く】	16名			バタフライの基礎を習得し、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泳ぎ・平泳ぎ・バタフライで25m泳げる15歳以上の女性 【中学生は除く】	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 【中学生は除く】	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。	
ちびっクロール	★★ (やさしい)	9/29	10/6	10/20	10/27	11/10	11/17	12/1	12/8			12/15 12/22	屋内プール	火	16:45 ▼ 17:45	新潟水泳協会 レディース部	小学3～4年生	20名	3200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ワン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で①～③を明記の上、8月9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×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。
※2026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
新システムへ刷新のため、ポイント付与はR8年度【春期】教室をもって終了いたしました。
ポイント利用はR8年度【夏・秋期】教室のお支払い時の自動値引きをもって終了いたします!! 新システムはR8年度【冬期】教室の申込み時より運営開始予定となります。

【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

ホームページ

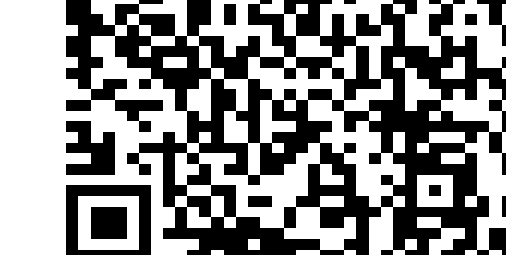
【にいがたスポーツ情報ナビ】は
こちらからご覧くださいませ



お願いします♡

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