

は じ め の
い ～ っ ぽ ！

編集・発行／一般財団法人 燕市スポーツ協会
燕市大曲3015番地 ☎0256-64-3091
ホームページ
<http://www.tsubame-spokyo.com>
フェイスブック
<http://www.facebook.com/tsubame.taikyo>

2024年度版

今日も明日もスポーツは楽しい！



生活にスポーツを取り入れませんか？

燕市スポーツ協会には、加盟24団体、スポーツ少年団35団体、燕・吉田・分水各地区に総合型スポーツクラブのメニューがいっぱいあります！

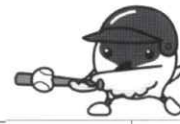
いつかはオリンピックに出たいと思う子どもたち、楽しくからだを動かしたい人、健康づくり・お仲間づくりを考えている人、お子様から大ベテランの方々まで様々なニーズにお応えいたします♥

つばめのスポーツを応援します！

燕市スポーツ協会



スポーツで いい汗流して 心身ともに健康に



種目	団体名	内容	会費	連絡先
野球	燕地区野球連盟	日曜リーグ 会場：スポーツランド燕 期間：4～10月 ナイターリーグ 会場：燕北小学校グラウンド 期間：4月～10月	問い合わせください	丸山 清志 090-3403-9155
	吉田地区野球連盟	軟式野球ナイターリーグ 4月～10月 各種トーナメント大会		芦田 弘良 080-5695-7758
	分水地区野球連盟	○ナイターリーグ（5月より月・水・金） ○早朝リーグ（5月より毎日曜朝） ※3月31日申し込み切です		古沢 功 0256-97-3139
ソフト	燕市ソフトボール協会	当協会はソフトボールを通じ仲間作りをする団体です。登録は2月下旬から受け付けます。リーグ戦や皆さんお馴染みの「市民ナイターソフトボール大会」等を行っています。	1チーム45,000円 20人を超えた場合は1人1,000円の追加	事務局 平井 直毅 090-7235-3780
バレーボール	【9人制男子】			
	NKクラブ	活動日：毎週金曜日 20:00～21:30 会場：燕北中学校体育館 または吉田総合体育館	お問合せください	近藤 歩 090-2646-5594
	吉田クラブ	活動日：毎週金曜日 20:00～21:30 会場：吉田総合体育館 または燕北中学校体育館	お問合せください	志賀 正則 090-5610-4082
バレーボール	【9人制女子】			
	No.paijeanne	活動日：毎月第二、第四土曜日 15:00～17:00 会場：分水小学校体育館	年 3,000円	夏見 陽子 090-4057-0693
サッカー	燕市サッカー協会	メンバー募集！ やろうよ！サッカー！！ 各クラブで活動日や会場、会費など異なりますので、連絡先へお問い合わせください。	右記の連絡先へお問い合わせください。	【小学生以下】 エルファ燕 長谷川 090-8585-7918 吉田SC 本田090-4372-4062 分水FC 竹之内090-2725-4874 【中学生】 F.C.ESTNOVA 新潟燕 大地090-4827-6511
バドミントン	燕市バドミントン協会	東バドミントンクラブ 月 19:30～21:30 燕東小学校体育館 金 19:30～21:30 スポーツランド燕	個人登録 3,000円	廣田 真奈美 090-5794-9259
		スワロークラブ 水 19:30～21:30 燕市体育センター		星野 裕介 090-6922-3498
		南バドミントンクラブ 月 19:30～21:30 燕東小学校体育館 水 19:30～21:30 燕市体育センター 金 19:30～21:30 スポーツランド燕		遠藤 忠雄 090-9328-8040
		燕BC 月・木19:30～21:00 燕中学校体育館 土 17:00～19:00 燕中学校体育館	直接会場にて お尋ねください	田辺 孝徳 090-2176-2120
		ふらっとジュニア 月・金 燕中等教育学校 19:00～21:00		芦田 崇 090-5347-5094
		吉田Jrバドミントンクラブ 活動日：水・金 19:30～21:30 会場：吉田総合体育館 活動日：月・金		深沢 賢一 090-3216-3109
卓球	燕卓球連盟	燕卓西会 活動日：水・金 19:30～21:30 会場：燕西小学校体育館	問い合わせください	長谷川 八重子 090-2257-0392
		南卓球クラブ 活動日：水・金 19:30～21:30 会場：燕南小学校体育館	年 2,000円	氏田 文夫 0256-64-2135
		小池クラブ 活動日：月 19:30～21:30 木 19:00～21:00 会場：月 小池小学校体育館 木 燕市体育センター	年 2,000円	奈良澤 雄一 0256-63-7218
	吉田白球会	活動日：月・水・金 19:30～21:00 会場：吉田総合体育館	問い合わせください	佐野 俊英 0256-93-2881
	分水卓球クラブ	活動日：火・土 19:00～21:00 会場：分水総合体育館	問い合わせください	丸山 平一 0256-66-2940

燕市スポーツ協会



スポーツでいい汗流して心身ともに健康に



種目	団体名	内容	会費	連絡先
テニス	燕ローンテニスクラブ	4月～11月 月・水・金 19:30～21:30 日 13:00～17:00 会場：スポーツパーク 12月～3月 水 19:30～21:30 会場：スポーツランド燕 11月～4月 木 19:30～21:30 会場：燕市体育センター	入会金 1,000円 一般 8,000円 高校生 4,000円 小・中学生 2,000円	村上 英幸 090-4622-8067
	吉田クラブ	4月～10月 月～土 19:30～21:30 会場：吉田テニスコート 11月～3月 月・金 19:30～21:30 会場：燕市分水多目的室内運動場（サンスポーツランド分水） 初心者教室 前期4月～、後期7月～ 会場：吉田テニスコート	入会金 3,000円 一般12,000円 高校生以下 6,000円	黒崎 健 090-2338-0632
テニフット	燕ソフトテニス連盟	燕ソフトテニスクラブ 火 燕市体育センター 10:00～12:00 木 スポーツランド燕 19:30～21:30 金 燕市民体育館 19:30～21:30 土・日 スポーツパーク 13:00～18:00 18才～80才 幅広い年齢層で楽しくテニスをしています。 みなさんと一緒にソフトテニスをやりましょう！	年 8,000円 その他 県大会出る方 2,200円	廣川 充 090-4005-0818
		吉田ソフトテニスクラブ 4月～10月 週2回 吉田テニスコート 11月～3月 週1回 吉田総合体育館 時間等についてはお問合せ下さい	成人 8,000円 未成年 6,000円 高校生 4,000円	小林 武和 080-6761-5793 楡井 公康 090-7941-3695
トバスケ	燕クラブ	活動日 火 20:00～22:00 弥彦中学校体育館 金 20:00～22:00 弥彦中学校体育館	問い合わせください	大岩 光輝 0256-66-2656
ゲートボール	燕市ゲートボール協会	三 初心者・ジュニア会員 大募集！！ 三 老若男女、誰でもがハンディーなしで楽しめるスポーツです 各種大会(親善・シニア・レディース)を実施しています。 ※希望者は、事務局へ問合せ又は下記の練習日に直接、 会場へお出かけください。(随時初心者教室を実施) すばーく燕(川前室内GB場) 月を除く毎日 13:00-15:00 吉田・粟生津GB場・米納津GB場・水道町GB場 不定期(午前)9:00-12:00(午後)13:00-15:00 分水グリーンサンスポ2号棟 火・金曜日 9:00-11:00(12:00)	詳細については 問い合わせください	事務局 田村 芳子 090-2996-7928
空手道	燕空手道連盟 真空手塾	小学生から大人まで 通常コース 火・木 20時～21時 選手コース 月～金 19時～21時 土・日練習・遠征等 会場:燕北多目的武道場 燕市東太田1066番地6	強化コース 月額4,000円 通常コース 月額3,000円	認定こども園真学園 0256-63-4055
	吉田空手道会	年長さんから小中高生、シニア世代まで幅広い層の会員がそれぞれの目標に合わせて練習しています。 活動日:火・土 19:30～21:00 19:30～20:30(年長～小学1年生) 会 場:吉田中学校体育館ほか	入会金 2,000円 会費 月 3,000円 家族割引あり	会長 山崎行男 090-2304-3128 副会長 石村秀一 090-8813-5957
	分水空手道会	糸東流空手道の基本、形をメインに稽古。全国レベルの選手を多数育成。 活動日:水・金 19:30～21:00 会 場:分水武道館 対象:幼児～一般	入会金 2,000円 会費 2,000円	菅原 俊治 0256-97-1461
弓道	燕弓道会	活動日:火・木 19:45～21:15 土 13:30～15:00 会場:燕市体育センター 市民武道館弓道場	年4,000円	会長 山口 均 090-8613-8630 事務局 加藤 圭子 090-1696-7903
	吉田弓道会	活動日:火・水・金 20:00～21:30 会場:吉田水道町屋内ゲートボール場内設 弓道場	年6,000円	会長 宇佐美 敬彦 0256-93-5915
合気道	燕合気道会	稽古場所:燕市民武道館 稽古日時:火・木 19:50～21:00 対象:小学4年生以上(小学生のみの入会不可) URL:http://iri3nageweb.fc2.com/ ※通年実施 体験教室・初心者教室あり	入会金 2,000円 年会費 一般 10,000円 学生・女性 7,000円 小学生無料	更科 080-5408-2751 見学・体験可能
	吉田合気道会	稽古場所:燕市吉田武道館 稽古日時:月・水 19:45～21:15 対象:小学5年生以上 URL:http://park2.wakwak.com/~na-guy/aiki/ ※4月～9月初心者教室あり	入会金 2,000円 年会費 一般 10,000円 学生 6,000円 小・中学生 5,000円	永井 090-4059-8580 見学・体験可能
柔道	燕柔道会	スポーツ少年団及び中・高校生青少年の指導育成 活動日:月・水・金 19:30～21:00 会 場:燕市民体育館 柔道場	年 3,000円	田辺時計店 0256-62-3447 または会場に お越しください
	吉田柔道クラブ	活動日 火・金 19:30～21:00 会 場 燕市吉田武道館	詳細は右記へ お問い合わせください	南波 大輔 0256-93-2218 090-3142-8464

燕市スポーツ協会



スポーツでいい汗流して 心身ともに健康に



種目	団体名	内容	会費	連絡先
剣道	燕剣道連盟	活動日:木 19:30~21:30 会場:燕市体育センター 剣道場	年 6,000円	小林 正明 0256-62-3014
	吉田剣道連盟 (修礼館) (北修館)	活動日 小学校3年生以下 月・水・土 19:30~21:00 小学校4年生以上・中学生 火・木・土 19:30~21:00 会場:吉田武道館 対象:保育園児~一般 ※防具は貸与します 初心者大歓迎!	月 2,000円	狩野 泰彦 0256-93-2576
	地藏堂剣士会	活動日 火・木・土 19:30~21:30 第2・4土曜日 18:30~21:00 会場:分水武道館 対象:保育園年長以上	月 1,000円	金山 則夫 090-8745-6530
太極拳	吉田太極拳クラブ	活動日:月 10:00~11:30 会場:吉田ふれあいセンター	年会費 10,000円	山田 正子 0256-93-4915
	分水太極拳協会	活動日:月曜日19:00~20:30 会場:分水交流センター 活動日:金曜日 9:30~11:00 会場:分水総合体育館 武道場	月 2,000円	星 裕子 0256-97-2135
アーチェリー	燕市アーチェリー協会	まよ 的に当たるとスッカッと爽快!! アーチェリーをしてみませんか? 活動日:毎週月・木 19:30~21:20 会場:燕市吉田屋内ゲートボール場(燕市吉田水道町3-15) 対象:小学5年生以上	小・中学生 入会金 1,000円 高校生~ 入会金 2,000円 個人弓具所有者 月会費 500円 協会弓具使用者 月会費 1,000円	近藤 安男 090-2246-0845 または会場におこし ください
陸上	燕市陸上競技協会	「最近、おなかも出てきたしランニングしてみようかな?」「ランニングのお手伝いができないかな?」なんて思っている方いませんか?そんな貴方に朗報!!当会は幼児から熟年ランナーまで、すべてのランナーの応援団です。	問い合わせください	小嶋 大輔 080-1140-1660
水泳	燕市水泳協会	水泳を教えてくださいませんか?水泳経験者、水泳に興味のある方大歓迎です!行事予定 小学生対象:6月2日間の水泳教室(苦手な子から25mを目指すまで)。その他:8月燕市民水泳大会。その他年間教室も開催。燕市スポーツ協会ホームページにて情報発信いたします。お気軽にお問い合わせください。	年 3,000円	更科 淳 090-3473-5923
スキー	燕スキークラブ	2023~2024 シーズン 講習会などを実施 ※詳細は広報つばめをご参照下さい。	詳細は右記へ お問い合わせください。	長谷川 晃司 090-7250-0270
山岳	燕山岳会	会員同士のグループと個人山行を主体に活動しています。新潟県山岳協会に加盟し、山岳遭難保険の加入は希望者のみ。春の自然保護パトロール、夏と秋の市民ハイキングは市民の方を対象に実施しています。内容は都度 広報つばめに掲載。	年 5,000円	木花 勝男 0256-63-9276
グラウンド・ゴルフ	燕地区 燕GGC	活動日 土曜日 燕市交通公園 芝広場 7:00~8:30 冬季 12月~3月土曜日 燕市スパーク燕 9:00~11:30	年 4,000円 県・日本協会 燕市グラウンド・ゴルフ 協会会費含む	三村亮 090-7636-4748
	吉田地区 吉田GGC	活動日 月曜日 吉田野球場 9:15~11:15 火曜日 吉田ふれあい広場 9:15~11:15 木曜日 南親水公園 9:15~11:15 金曜日 吉田ふれあい広場 9:15~11:15 冬季 11月~3月 吉田屋内GB場 9:15~11:15 会員親睦大会年2回 月例会大会 景品有り	年 4,000円 県・日本協会 燕市グラウンド・ゴルフ 協会会費含む	石村セツ子 090-5819-4376
	分水地区 分水GGC	活動日 毎週月曜日・木曜日 9:00~11:00 場所 グリーンサンスポ(晴)多目的広場 グリーンサンスポ(雨)アリーナ(屋内) 12月~3月と8月はアリーナ その他は多目的広場 毎月1回クラブ内大会 景品あり	年 6,000円 県・日本協会 燕市グラウンド・ゴルフ 協会会費含む	中村 和 0256-98-5010
カヌー	燕市カヌー協会	大会・体験会などを実施予定です。今後の活動に関しては、広報つばめ等でお知らせします。	お問い合わせください	県立分水高校 カヌー部 0256-98-2191



燕市スポーツ少年団

スポーツのすきな子 苦手な子 みんな集まれ！！



種目	団体名	活動日	会場	対象	会費	連絡先
野球	燕Jr.ベースボールクラブ スポーツ少年団	水・木 18:30~20:00 土・日・祝 8:00~12:00	水：小池中ピロティ 木：燕北小グラウンド 土日祝：燕西小グラウンド	小学生、幼児	年 10,000円 (保険料・ユニフォーム使用料込み)	本間 裕明 080-5426-6442
	燕南野球 スポーツ少年団	土日祝 火・木 夕方練習	鍛錬場 燕南小体育館	小学生	月 1,500円	高橋 孝幸 090-1532-8355
	小中川バファローズ	月・木 定休日 火・水・金 16:00~18:30 土・日 9:00~12:00	小中川 コミュニティセンター	小学生	年 12,000円	平岡 浩明 090-1422-3689 0256-64-3486
	粟生津少年野球団 スポーツ少年団	4~10月 火・水・木 18:30~20:30 土・日・祝 8:30~11:30	粟生津小学校 グラウンド	小学生	月 2,000円 ユニフォーム使用料 年 2,000円	新田 晃三 080-2067-0778
		11月~3月 金 19:00~21:00 土 8:45~12:00 第1.3.5 火 19:00~21:00	冬季練習 粟生津体育館			
	吉田北小スピリッツ スポーツ少年団	土日祝日 8:00~12:00 木曜日 18:00~21:00	吉田北小学校	小学生	月 1,500円	頓所 勝則 090-4931-3194
	南小スターズ スポーツ少年団	4~10月 火・水 18:30~21:00 土 8:30~12:00 日・祝 8:30~12:30	吉田南小学校 グラウンド	小学生	月 1,500円	幸田 侑 080-5445-3759
		11月~3月 火 18:30~21:00 土 8:30~12:00 日・祝 8:30~12:30	吉田南小学校 体育館			
	燕市吉小キッズ スポーツ少年団	4月~10月 火・金 19:00~21:00 土・日 8:30~12:00 11月~3月 木 19:00~21:00 土 13:00~15:00 日 8:30~12:00	4月~10月 吉田小学校グラウンド等 11月~3月 吉田総合体育館 吉田小学校体育館等	小学生	月 1,000円 年 2,000円 (ユニフォーム代)	塚原 良麻 080-1358-3251
	YBC スポーツ少年団	4月~11月	吉田第1球場ほか	中学生 1~3年生	月 2,000円	小平 松雄 090-4949-6948
12月~3月		吉田南小体育館ほか				
分水ジュニア ベースボールクラブ スポーツ少年団	火 19:00~21:00 木 19:00~21:00 土 13:00~16:00 日祝 9:00~12:30 キッズ野球教室 第1・3・5 金曜日 19:00~20:30	分水北小学校グラウンド ・体育館 分水多目的屋内運動場 サンスポーツランド分水 野球教室 分水多目的屋内運動広場	小学生 幼児~低学年	月 2,000円 野球教室 会費無料 保険料800円	伊藤 芳洋 080-5072-7484	
水泳	燕スイミング スポーツ少年団	選手 毎日 育成 土・日 午前中	B&G海洋センター	小学1~5年生	月 1,000円	アートスペースリキ 0256-66-4701
バレーボール	燕バレーボール スポーツ少年団	月・木 19:00~21:00	月 スポーツランド燕 木 燕中等教育学校体育館	小学生	年 5,000円	堀 勝重 090-2310-5732
	吉田ジュニア バレーボールクラブ スポーツ少年団	月・水・金 19:00~21:00	吉田高等学校	小学1年~ 6年まで	月 2,000円	細川 富夫 0256-93-2217



燕市スポーツ少年団

スポーツのすきな子 苦手な子

みんな集まれ！！



種目	団体名	活動日	会場	対象	会費	連絡先
ミニバス	燕ジュニアドラゴンズ 燕ミニバス スポーツ少年団	日 9:00~12:00 月・水 19:00~21:00	日 燕東小学校 月 燕市体育センター 水 津・ツツノ 燕	小学生	年 16,000円 前期 8,000円 後期 8,000円	大岩 伸行 090-2175-5715 jd@uchiyama-inc.co.jp
	BAD BOY'S バスケットボール U12 (ミニバス) スポーツ少年団	月・木 18:45~21:00 土 13:00~18:00	吉田小学校 吉田南小学校体育館ほか	小学生 男子	月 1,500円 (保険料・登録料込)	馬場 哲哉 090-3473-4661
	吉田スマイルキッズ スポーツ少年団	月・水曜日 19:00~21:00 土 9:00~12:00	吉田南小学校体育館 吉田小学校体育館	小学生 女子	月 1,000円 保護者会費 月 500円	菅谷内 090-4967-8536
バドミントン	燕バドミントン スポーツ少年団	火・木・土 19:00~21:00	燕市体育センター	小・中学生	年会費 小学生 A14,000円 B10,000円 中学生 14,000円	斉藤 幸夫 0256-62-2119
テニリスト	燕ソフトテニス スポーツ少年団	日曜日 9:00~12:00 18:00~21:00 月曜日 18:30~20:00	スポーツランド燕 スポーツパーク 燕北中学校	小学1年から 6年生 中学生 高校生	小学生 年 10,000円 中・高生 年 4,000円	本間 俊文 090-4925-7675
	吉田ジュニア ソフトテニス スポーツ少年団	19:00~21:00 ・小学生(火・木) ・中学生男子(火・金) ・中学生女子(月・木) ※冬期練習は、 決定後お知らせします	吉田テニスコート	小学3年~6年 中学 男子・女子	年 12,000円 (保険料・登録料込)	前山 幸一 090-7810-0762
サッカー	燕サッカースポーツ 少年団	水、金、土、日	スポーツランド燕、小池小、燕 東小、燕西小、燕南小	小学1年~ 小学6年	年会費 3,000円 月会費 1年生 1,000円 2年生 1,500円 3年生~6年生 2,000円	長谷川 清人 090-8585-7918
	吉田サッカークラブ スポーツ少年団	土・日曜日	吉田ふれあい広場	小学生	小学生年会費 4年以上 4,000円 3年以下 2,000円 (保険料・登録料込) 月会費 4年以上 2,000円 3年以下 1,500円	副代表 渡部 浩 yoshidasc2017@yahoo.co.jp 090-2674-9396
		月・火・金曜日(内1~2日)	吉田総合体育館 吉田南小学校体育館 吉田北小学校グラウンド他		保育園 幼稚園児	
卓球	つばめジュニア 卓球クラブ スポーツ少年団	火・木・金・土・日曜日	粟生津体育文化センター	幼児~中学3年生	月 3,500円	田巻 賢太郎 080-6709-4697
	吉田白球会 スポーツ少年団	水・木・土 19:30~	北体育文化センター	小・中学生	入会金 2,000円 (保険料込) 別途 月会費 週1回1,500円 2回以上2,000円	事務局 佐野 俊英 0256-93-2881
ポドールジ	M.U.D.C スポーツ少年団	火・木・土 19:00~21:00	火・木 粟生津小学校 土・吉田総合体育館	小学生	月 2,000円 (保険料込)	代表・監督 永井 一輝 080-1196-7153



燕市スポーツ少年団

スポーツのすきな子 苦手な子 みんな集まれ！！



種目	団体名	活動日	会場	対象	会費	連絡先
少林 寺拳	燕少林寺拳法 スポーツ少年団	月・金 19:00~21:00 (小学生は20:30まで)	月 燕勤労者体育センター 金 燕勤労者福祉センター 1F 多目的室	小中学生および 高校生以上	月 2,500円	鎌田 陸人 0256-70-5577 090-7005-4854
空手	燕真空手道 スポーツ少年団	火曜・木曜 19:00~20:00 (他、燕市空手道連盟としての活 動あり)	燕北多目的武道場	幼児から大人まで	3,000円	0256-63-4055 認定こども園 真学園内
	吉田空手道 スポーツ少年団	火・土曜日 19:30~21:00 他に希望者は自主練習 (年長~1年生 19:30~20:30)	吉田中学校体育館ほか	年長~ 小・中学生 高校生	入会金 2,000円 月 3,000円 家族割引あり	山崎 行男 090-2304-3128 石村 秀一 090-8813-5957
	極真会館吉田道場 スポーツ少年団	月・水・金 19:30~21:00	月 四箇村ふれあい館 水 吉田中学校 金 粟生津体育文化センター	幼児~小中学生	月 3,660円	長谷川 直秀 080-1166-7989
柔道	燕柔道 スポーツ少年団	月・水・金 19:30~21:00	燕市体育センター 柔道場	小学1年~ 中学3年	月 1,000円 小1・2年は500円	阿部 幸二 090-7277-9420
剣道	剣心館 スポーツ少年団	月・水・金 19:30~21:00	月・金 燕西小学校体育館 水 燕勤労者体育センター	未就学児~ 小・中学生 高校生・一般	月 1人¥1,000 父母会費 1家族 ¥500	遠藤 佑介 090-8597-1095
	燕武館 スポーツ少年団	水・金曜日 19:30~21:00 新人は 19:30~20:30	水 燕市体育センター 金 燕市体育センター	年長児~一般	月 1,200円 父母会会費 年 3,000円	小林 正明 090-5337-6359
	吉田剣道 スポーツ少年団	小学校3年生以下 月・水・土 19:30~21:00 小学校4年生以上・中学生 火・木・土 19:30~21:00	吉田武道館	保育園児~一般 初心者大歓迎 ※防具は貸与し ます。	月 2,000円	狩野 泰彦 0256-93-2576
	地藏堂剣士会 スポーツ少年団	火・木・土 19:30~21:00	燕市分水武道場	年長児~	月 1,000円 防具の貸出あり	金山 則夫 090-8745-6530
	島上剣道クラブ スポーツ少年団	月・水・土 19:00~21:00	島上小体育館	制限なし	月 1,000円	山崎 和 090-8004-4893



燕市総合型スポーツクラブ

スポ3〜れ燕

プログラム一覧表



お申込み・お問合せ先

燕市体育センター内

Tel. 0256-64-3091

受付時間/平日(月〜土)9:00〜21:00

日・祝日 9:00〜17:00



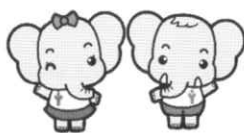
NO	プログラム	会場・時間・対象	開催日	参加費	主な内容
健康づくり教室	健やかヨーガ教室 講師:赤川 京子	燕市体育センター・柔道場 10:00〜11:30 (18歳以上)	月	1回 会 員 350円 非会員 700円	1週間のスタートにインド式ヨーガでゆったりと過ごす時間を作ってみませんか? 初心者の方も大歓迎です!
	燕ジョイスポーツタイム 講師:クラブスタッフ	燕市体育センター・中アリーナ 10:00〜11:15 (18歳以上)	火	1回 会 員 150円 非会員 300円	運動をはじめめるきっかけづくりの教室です。ウォーキングやストレッチ、スポレックなどをして楽しく体を動かします。
	コンディショニング教室 講師:柏木 ルミ子	燕市体育センター・柔道場 10:00〜11:30 (概ね50歳以上)	水	1回 会 員 350円 非会員 700円	身体を整える教室です。リセットとアクティブの2つの手法で人体650の筋肉を整えます。身体の使い方を調整し、疲れにくい身体に変えていきます。
	はじめてフィットネス 講師:大野 陽子	燕市体育センター・剣道場 14:00〜15:00 (18歳以上)	水	1回 会 員 350円 非会員 700円	音楽に合わせた簡単エクササイズです。気持ちいい汗をかきたい、ダイエットをしたいという方にオススメです。後半はのんびりストレッチで緊張をほぐしクールダウン!!
	骨ナビ(ボーンジョイント)チェア・リズム体操 講師:葛綿 明美	燕市体育センター・柔道場 15:30〜16:30 (概ね50歳以上)	水	1回 会 員 350円 非会員 700円	骨と関節を意識して体を動かします。年齢に関係なく、楽しく、楽にできます。代謝UPでダイエット効果もあります。
	スマイルエアロビ教室 講師:EISEI	燕市体育センター・剣道場 10:00〜11:00 (18歳以上)	木	1回 会 員 350円 非会員 700円	激しく動くのはちょっとな、でも運動不足を解消したいという方にオススメです! ストレッチでクールダウンしながら、リラクゼーションをします。
	はじめてヨーガ教室 講師:阿部 亜希子	燕市体育センター・柔道場 18:50〜19:50 (18歳以上)	木	1回 会 員 350円 非会員 700円	ヨーガのポーズは有酸素運動なので続けることで基礎代謝も上がり、血流が良くなります。はじめての方、体が硬い方、男性、初心者大歓迎です。はじめはみんな初心者です。
	美呼吸姿勢教室(ブリービクス) 講師:EISEI笠原 淳子	燕市体育センター・柔道場 10:30〜11:30 (18歳以上)	金	1回 会 員 350円 非会員 700円	若返りの秘訣は「呼吸」にあります! 呼吸を意識してのヨガマット上での運動で、「美しい」「しなやかな体に整える」メンテナンスエクササイズです。
	バランスストレッチ教室 講師:葛綿 明美	燕市体育センター・柔道場 14:30〜15:30 (18歳以上)	金	1回 会 員 350円 非会員 700円	日々の生活習慣で身体が歪み、肩こりや腰痛に悩んでいませんか? 寝ころんだ姿勢で骨盤を動かすことで身体のバランスを整えます。

スポーツ教室	10	グラウンド・ゴルフ教室 講師:三村 亮ほか	燕交通公園 (雨天・冬場:スポーツランド燕) 9:30~11:30 (概ね50歳以上)	水	1回 会 員 150円 非会員 300円	初心者の方でも大丈夫。始めたその日からどなたでも楽しめます。ナイスショット、的に入ると気分爽快。
	11	テニス教室 (レベルUPコース) 講師:長谷川 俊成	燕市体育センター・アリーナ 10:00~12:00 (18歳以上・新規65歳まで)	水	1回 会 員 500円 非会員 1,000円	テニスのワンランク上の技術を磨きませんか? 明るく楽しくをモットーに、テニスがもっと好きになるはずです。
	12	健康づくりスポレック教室 講師:柳原 興子ほか	燕市体育センター・アリーナ 13:30~15:00 (18歳以上)	水	1回 会 員 250円 非会員 500円	燕市内で大人気のスポレック!! バドミントンと卓球、テニスの融合スポーツです。楽しい仲間と健康づくりにはじめてみませんか。
	13	テニス教室 講師:米山 卓志ほか	燕市体育センター・アリーナ 9:15~11:15 (18歳以上・新規65歳まで)	木	1回 会 員 500円 非会員 1,000円	テニスは学生時代にやっただけ、まったく初めてだけどやってみたい! という方でも大丈夫。ラケットの握り方から教えます。
	14	エンジョイスポレック教室 講師:木村 正樹ほか	燕市体育センター・アリーナ 10:00~11:30 (18歳以上)	金	1回 会 員 250円 非会員 500円	燕市内で大人気のスポレック!! バドミントンと卓球、テニスの融合スポーツです。楽しい仲間と元気にエンジョイしましょう。
	15	パウンドテニス教室 講師:三条市パウンドテニス協会ほか	燕市体育センター・中アリーナ 20:00~21:30 (18歳以上)	金	1回 会 員 350円 非会員 700円	硬式テニスに似た種目で、テニスコートの6分の1ほどの広さのコートで行います。テニスの運動量が辛くなってきた、テニスに興味があったという方にオススメです!
ジュニア教室	16	燕放課後すば一つたいむ 講師:高橋 弥一ほか	燕市体育センター・柔道場 17:00~17:45 (小学生)	水	1回 会 員 350円 非会員 700円	走ったり、跳んだり、投げたり、頭を使ったり、楽しく体力向上を目指します。放課後に元気いっぱい体を動かして遊びたい子にオススメです!
	17	わんぱくスポーツ教室 講師:高橋 弥一ほか	燕市体育センター・中アリーナ 19:00~20:00 (小学生)	金	1回 会 員 350円 非会員 700円	広い体育館で元気いっぱい様々な動きにチャレンジします! 体力をつけたり、苦手を克服したり、運動の基礎を身に付けましょう! 運動をするのが大好きになれますよ!
	18	親子deRunRunスポーツ 講師:高橋 弥一	燕市体育センター・柔道場 14:00~15:30 (幼児~小学生の親子)	土	1回 会 員 350円 非会員 700円	かけっこや鬼ごっこ、ゲームを親子で楽しみながら走ることの基礎を学びます。おいしいちゃん、おばあちゃんも大歓迎!

燕市総合型スポーツクラブ

スポーピアよしだ

プログラム一覧表



お申込み・お問合せ先

吉田総合体育館内

Tel. 0256-92-5100

受付時間/平日(月~土) 9:00~21:00

日曜・祝日 9:00~17:00

	NO	プログラム	会場・時間・対象	開催日	参加費(1回)	主な内容
スポーツ教室	1	スポレック教室 講師:クラブスタッフ	吉田総合体育館 10:00~11:30 18歳以上	月	会 員:250円 非会員:500円	バトミントンのコートで行うテニスです。柔らかいボールを使うので、どなたでも気軽に行えます。70代の方も活躍しているニュースポーツです。
			吉田総合体育館 13:30~15:00 18歳以上	火		
				木		
健康づくり教室	2	大人のわくわく運動教室 講師:クラブスタッフ	吉田総合体育館 10:30~11:45 18歳以上	金	会 員:350円 非会員:700円	運動不足解消&ストレス発散♪ いくつになっても健やかに生き生きと過ごせるように、いろいろな運動を取り入れ、毎回わくわくしながら体を動かします。
	3	レインボー健康体操教室 講師:川崎 慶子	ビジョンよしだ 10:30~11:45 主に50歳以上	水	会 員:350円 非会員:700円	寝たきり予防の教室で、『びんびんコロリ』を目指して行います。椅子を使うので、膝・腰の悪い方も安心して行えます。
			金			
	4	にこにこエアロビクス 講師:川崎 慶子	ビジョンよしだ 10:30~11:30 18歳以上	木	会 員:350円 非会員:700円	ゆっくりな音楽に合わせて、かんたんなエアロビクスを行います。楽しく体を動かしましょう。
	5	体育館でウォーキング 講師:岩城 秀利	吉田総合体育館 10:30~11:30 18歳以上	金	会 員:350円 非会員:700円	雨風の日も体育館でウォーキング！フォームの確認はもちろん、ウォーキングに必要な筋力とストレッチも行います。
	6	ヨガレッチ 講師:大野 陽子	吉田産業会館 9:45~10:45 18歳以上	火	会 員:350円 非会員:700円	ヨガの要素を中心に行うストレッチです。自律神経のバランスを整え、身体全体の新陳代謝を高めていきます！
	7	かんたんエクササイズ 講師:大野 陽子	吉田産業会館 11:00~11:45 18歳以上	火	会 員:350円 非会員:700円	楽しく体を動かしたいあなたに☺ かんたんなエアロビクスで楽しく長〜く、ヘルシー&スマイルでいい汗を流して健康になりましょう☆
	8	ZUMBA GOLD® 講師:小黑 由記江	吉田産業会館 10:00~11:00 18歳以上	木	会 員:350円 非会員:700円	ラテンの音楽に合わせて体を動かす有酸素運動です。曲線的な動きが多く、骨盤をたくさん動かすので、体幹が鍛えられ、ウエスト引き締め効果も期待できます。
ジュニア対象	9	キッズ初心者体操教室 講師:鈴木 奈美子	吉田総合体育館 18:15~19:00 年長~小学1年生	月	会 員:350円 非会員:700円	走ったり、投げたり、跳んだり、回ったり☺ 色々な道具を使って楽しく体を動かしましょう。
	10	ジュニア初心者体操教室 講師:鈴木 奈美子	吉田総合体育館 19:00~20:00 小学2年生~4年生	月	会 員:350円 非会員:700円	鉄棒・跳び箱・マット運動を中心に体を動かします。先生が優しく丁寧に指導します。
	11	ジュニア運動塾 講師:クラブスタッフ	吉田総合体育館 19:00~20:00 小学2年生~6年生	月	会 員:350円 非会員:700円	運動が苦手な子、何か体を動かしたい子、色々な動きを遊び感覚で楽しみましょう。 仲間づくりやあいさつ、マナーを学びましょう♪
	12	英語ではなそう！ 講師:安達 結香里	吉田総合体育館 18:00~19:00 小学生以上	金	会 員:350円 非会員:700円	日常生活を楽しく英語で会話出来たら、もっと英語が楽しくなります♥ 遊び感覚で楽しく英語を話しましょう！

燕市総合型スポーツクラブ
 クラブスポーツ
 バイキング**ぶんすい**
 プログラム一覧表



お申込み・お問合せ先
 分水総合体育館内
 Tel. 0256-97-3188
 受付時間/平日(月~土)・・・9:00~21:00
 日 曜・祝 日・・・9:00~17:00

NO	プログラム	会場・時間・対象	開催日	主な内容
1	分水 フットボールクラブ (分水FCjr)	分水北小学校 ほか 平日19:00~21:00 土日 9:00~12:00 小学生	月・水 土・日	小学生のサッカークラブです。 土日は交流戦や大会に出場することもあります。
2	F.C.ESTNOVA新潟燕	分水中学校グラウンド ほか 平日19:00~21:00 土日 午前または午後 中学生	火・木 土・日	ジュニアユース(中学生)のサッカークラブです。市内外を問わず、どの地域からも参加できます。
3	卓球クラブ	分水総合体育館 19:00~21:00 小学4年生以上	火・土	小学4年生~大人対象の卓球教室です。小中学生には大人が優しく指導します。
4	イナupp	グリーンサンスポ 19:00~21:30 中学生以上	火	中学・高校時代にソフトテニスをしていた方、一緒に楽しみませんか？
5	分水ブnバー	分水総合体育館 ほか 18:30~21:00 小学生	月・木・土	小学生対象のバスケットボール教室です。挨拶や礼儀、感謝の気持ちを大切にしています。
		分水中学校体育館 19:00~21:00 15歳以下の女子	月・木	U-15(15歳以下)の女子バスケットボールクラブです。バスケ好きの子、集まれ~♪
6	分水ジュニア 陸上教室	グリーンサンスポ ほか 9:00~13:00 小学生	土	走ることの楽しさを伝え、陸上を通じてお友達をたくさん作ってほしいと思っています。
7	ジョギング サークル	三燕グラウンド ほか 19:30~21:00 18歳以上	火	大人向けのジョギング愛好者のサークルです。 各種大会にも参加しています。
8	分水ジュニア バレーボールクラブ	分水総合体育館 ほか 19:00~21:00 小学生	火・金	小学生対象のバレーボール教室です。男女問わず、参加できます。見学・体験お待ちしております。
9	FINE's BC	四箇村ふれあい館 (水)18:30~20:00 (金)18:30~20:30 18歳以上	水・金	社会人対象のバドミントンクラブです。大会にも出場しています。楽しみながら、いい汗を流しませんか。
10	ラケットテニス	分水総合体育館 ほか 19:30~21:30 18歳以上	水・金	バドミントンコートで行うミニテニスです。スポンジのボールなのでどなたでも気軽に参加できます。
11	オヤジレックス分水	国上勤労者体育センター 19:30~21:30 高校生以上	土	社会人のフットサルクラブです。未経験者・女性も大歓迎です。一緒に運動不足を解消しませんか。
12	分水体操会 (幼児コース)	ジムナスト分水 13:30~15:00	土	年少~小学2年生までが楽しく身体を動かす体操教室です。
	分水体操会 (一般コース)	ジムナスト分水 男子9:30~11:30 女子15:00~17:00	土	小学1年~6年生対象の器械体操教室です。
	分水体操会 (選手コース)	ジムナスト分水 指導者の指示にて	男子:火~日 女子:土~木	大会出場を目指すコースです。小学生~高校生まで、目標に向かって頑張っています。

NO	プログラム	会場・時間・対象	開催日	参加費 (1回)	主な内容
13	フラダンス教室 講師:小出 奈穂	分水地域交流センター 10:30~11:30 18歳以上	月	会 員:350円 非会員:700円	ハワイアン音楽に合わせて、1曲ずつ丁寧に指導します。足腰だけでなく、頭の体操にもなります。初心者向けですので、年齢に関係なくどなたでもご参加頂けます。
14	ZUMBA GOLD® 講師:小黑 由記江	分水地域交流センター 14:00~15:00 18歳以上	月	会 員:350円 非会員:700円	ラテンの音楽に合わせて体を動かす有酸素運動です。曲線的な動きが多く、骨盤をたくさん動かすので、体幹が鍛えられ、ウエスト引き締め効果も期待できます。
15	ぽっかぽか エアロビクス 講師:山田 千恵	分水地域交流センター 9:30~10:30 概ね50歳以上	火	会 員:350円 非会員:700円	音楽に合わせてソフトエアロビクスを行います。軽快なテンポなので、初めてのの方にぴったりの教室です。
16	コンディショニング 教室 講師:川瀬 和子	分水地域交流センター 19:45~20:45 18歳以上	火	会 員:350円 非会員:700円	身体の癖や身体の使い方を改善して、疲れにくい身体を目指す体調改善運動です。運動が苦手な方はもちろん、大会出場を目指すアスリートにもおすすめです。
17	リフレッシュエアロ 講師:山田 歩実	分水地域交流センター 19:30~20:30 18歳以上	水	会 員:350円 非会員:700円	前半はエアロビクス、後半は筋トレやストレッチをおこないます。有酸素運動と筋トレ、ストレッチで運動不足を解消しましょう。
18	スマイルエアロ 講師:樋口 千鶴	分水地域交流センター 9:30~10:30 18歳以上	木	会 員:350円 非会員:700円	軽快な音楽に合わせておこなうエアロビクスです。有酸素運動で楽しくストレス発散をします。
19	かがやきアップ教室 講師:川本朝子ほか	分水公民館 10:00~11:15 概ね50歳以上	木	会 員:350円 非会員:700円	レインボー体操を中心とした中高齢者向けの転倒予防教室です。楽しいおしゃべりで身体と気持ちをほぐしましょう。
20	太極拳教室 講師:久住 富士子	分水地域交流センター 19:00~20:30 18歳以上	木	会 員:350円 非会員:700円	入門編です。太極拳は気血の流れを良くし、五臓六腑全体の機能を高め、肩こり、腰痛、ストレス解消などに効果が期待されます。
21	ZUMBA GOLD® 講師:小黑 由記江	分水地域交流センター 19:30~20:30 18歳以上	木	会 員:350円 非会員:700円	ラテンの音楽に合わせて体を動かす有酸素運動です。曲線的な動きが多く、骨盤をたくさん動かすので、体幹が鍛えられ、ウエスト引き締め効果も期待できます。
22	フラワー アレンジメント教室 講師:山田 雅之	分水地域交流センター 19:30~20:30 18歳以上	第2 第4 木	会 員:350円 非会員:700円	季節のお花を使って、かわいらしいアレンジメントを作ります。作ったまま持ち帰れるのですぐに飾れます。別途お花代(1回2,000円)が必要です。
23	Let's ピンポン 講師:クラブスタッフ	分水総合体育館 10:00~11:30 18歳以上	水	会 員:150円 非会員:300円	週に1度のピンポン(卓球)教室です。お喋りしながら楽しんでいきます。
24	Let's スポレック 講師:クラブスタッフ	分水総合体育館 10:00~11:30 18歳以上	金	会 員:250円 非会員:500円	バドミントンコートで行うミニテニスで、スポンジのボールなのでどなたでも気軽に参加できます。初心者対象の教室です。
25	ジュニアHIPHOP教室 初心者クラス 講師:鶴巻 裕太	分水地域交流センター 17:30~18:30 小学生	金	会 員:350円 非会員:700円	基本のステップから行います。リズムに乗って楽しく体を動かしましょう♪
26	ジュニアHIPHOP教室 講師:鶴巻 裕太	分水地域交流センター 18:00~19:00 小学生	水	会 員:500円 非会員:1,000円	初心者クラスで基本のステップを習得した子が各イベント参加やコンテスト優勝を目指して参加できるクラスです。
		分水地域交流センター 18:30~20:30 小学生	金	会 員:500円 非会員:1,000円	

燕市吉田トレーニングセンター
ビジョンよしだ教室プログラム



お問合せ先 ビジョンよしだ
Tel. 0256-93-6600
営業時間/平日(月~金) …13:00~22:00
日曜・祝日 …10:00~18:00
休館日 / 火

	NO	プログラム	会場・時間・対象	開催日	主な内容	
スタジオ レッス ン	1	ポール&ストレッチ90	19:00~20:30	木	ストレッチポールを使って奥深くの筋肉をほぐしてからストレッチを行います。	
			10:45~12:15	日		
	2	サーキットトレーニング90	19:00~20:30	月	有酸素運動と筋力トレーニングを交互に繰り返して効率的な脂肪燃焼を目指します。エアロ、パンチ、キック、ボディパーで体を動かします。	
			13:30~15:00	日		
	3	レインボー体操	13:45~15:00	月	椅子を使って頭の体操・生活に必要な筋肉づくりを中心に行います。楽しい日常生活を目指して頑張りましょう(主に60歳以上の方を対象)	
				水		
	4		かんたんエアロ	15:15~16:15	水	音に合わせて楽しくからだを動かします!
	5		いきいき体操	13:45~15:00	木	中高齢者向けの健康づくり教室です。台の昇り降りやボール使ったプログラムです。
	6		すっきりシェイプ 講師:岩城 秀利	13:45~14:45	金	かんたんで楽しい有酸素運動で、すっきりと汗を流しましょう!
7		かんたんステップ	15:00~16:00	金	リズムに合わせた簡単な昇降運動で汗をかき、脂肪を燃焼させましょう!	
8		パンチ&サーキット 講師:岩城 秀利	19:30~20:30	金	簡単なパンチの動きで脂肪を燃焼し、筋力もしっかりと行い身体を引き締めます。	
9		初めてトレーニング	14:30~15:30	土	初めての方でも動ける動きで有酸素運動と筋力トレーニングを行います。しっかり動いて汗をかきましょう!	

	NO	プログラム	主な内容
バーチャル スタジオ	1	ファイドウ (格闘技系)	脂肪燃焼を究極に行える最高のカーディオワークアウトです。ボクシング、キックボクシング、マーシャルアーツのテクニックで行う様々な攻撃方法と スポーティブエクササイズで代謝を上げていきカロリーを消費します。同時に柔軟性可動域、パワーやスピード性も養うことが可能です! 運動強度:★★★★ 30分レッスンでの消費カロリー:400Kcal
	2	ファイドウフリー (格闘技系)	ボクシングとキックボクシングの動きを使いながら、脂肪燃焼、体重減少、筋力トレーニングに効果をもたらすプログラムです。無理に音楽に合わせず自分のペース、レベルで楽しんでいきましょう。 運動強度:★★★★ 30分レッスンでの消費カロリー:400Kcal
	3	メガダンス (ダンス系)	音楽、運動リズムへの情熱をダンスで表現できる最高のプログラム。レゲトン、ホップダンス、ダンスホール、ラテン、サルサ、ヒップホップ ワールドワイドにダンスを楽しみながらダイエットや筋コンディショニングを行っていきましょう。 運動強度:★★★ 30分レッスンでの消費カロリー:350 Kcal
	4	ユーバウンド (ミニトランポリン)	MAXの力で動いても、まだまだエネルギーがみなぎっていると感じる不思議な魅力を持ったユーバウンドミニトランポリンを使って関節に大変優しいローインパクトな、だけど脂肪燃焼に優れた楽しさしか見いだせないプログラムです。 運動強度:★★★★★ 30分レッスンでの消費カロリー:250 Kcal
	5	ラディカルエアロ (エアロ系)	RADICAL AERO は簡単で刺激的でエネルギー溢れる動き脂肪燃焼、下半身強化、循環器機能強化が望むことができるプログラムです。 運動強度:★★★ 30分レッスンでの消費カロリー:240 kcal
	6	オキシジェノ (ヨガ系)	ピラティスとヨガをベースに作成されたオキシジェノは、呼吸と流れるような動きで柔軟性と可動域向上を望めます。優しい音楽に心と体をゆだね自分自身に問いかけることで今まで感じたことがないような平安と幸福感を得ることができるでしょう。 運動強度:★★★ 30分レッスンでの消費カロリー:150 Kcal
	7	イレブン (筋力系)	自重で行う究極のRADICALHIIT プログラムで体の限界まで追い込みましょう。体重減少、筋肉増強、カーディオエクササイズの向上がみられることでしょう。あなたの体だけでなく心も変える究極のプログラムです。 運動強度:★★★★★ 30分レッスンでの消費カロリー:400Kcal
	8	ラディカルヨガ (ヨガ系)	体内の生命エネルギーを目覚めさせるポーズや呼吸、瞑想を行うことで自分自身の幸福感、感情の調節、筋力トレーニング、脊柱の調節、内臓の活性化、痛みの緩和、ストレス緩和、柔軟性を効果的に整えることができ、皆さんのライフスタイルの1つになりえるプログラムです。 運動強度:★★★ 30分レッスンでの消費カロリー:400Kcal

※バーチャルスタジオの開催時間、開催曜日は毎月変動します、詳しくはビジョンよしだHPをご確認ください。

○各教室料金

教室券:1回300円/1か月券2,000円 スタジオレッスン・バーチャルスタジオ共通券:3,000円

※講師名が書かれてない教室は施設スタッフの担当になります。

※バーチャルスタジオはプロジェクターに映し出される画面内の指導員によるプログラムです。

※高校生以上の方からご参加いただけます。

※教室に参加の場合は教室券の他に施設利用料金が必要です。料金に関しましてはHPをご確認ください。

スポーツランド燕

カルチャー教室一覧表

お申込み・お問合せ先

スポーツランド燕

Tel. 0256-66-1800

受付時間/平日(月~土) …9:00~21:00

日曜・祝日 …9:00~17:00

NO	プログラム	主な内容と年間予定											
1	ビーズ アクセサリ教室	針と糸を使い、ビーズであなただけの大人アクセサリを作れませんか。											
	屋内練習場MR												
	10:00~11:30	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	参加費¥1,650 材料費¥1,100	11・25	9・23	27	11・25	22	12・26	24	14・28	12	9・23	13・27	13・37
2	インテリア雑貨と アロマ教室	月ごとに違った植物でアロマを取り入れたインテリアを作ります。 アロマで癒しからセルフケアまで一緒に楽しみましょう。											
	屋内練習場MR												
	10:00~11:30	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	参加費¥1,650 材料費¥1,100	12	10	14	19	16	13	18	8	13	10	14	14

◇スケートボード場ご利用のご案内◇

利用時間 :月曜~土曜日 9:00~19:00 日曜・祝日 9:00~17:00

料金 :無料(ただし、登録料を頂きます)

登録 :利用者登録申請をしていただき利用者登録証を発行。

利用の流れ :利用の際は必ず受付にて利用申請を行って頂きます。

小学生以下の利用 :利用者登録申請が必要です。保護者の登録・同伴が必要になります。

中学生の利用 :利用者登録申請が必要です。登録には保護者の同意・署名が必要になります。

一般者の利用 :利用者登録申請が必要です。高校生以上から一般者登録。

安全対策 :ヘルメット・プロテクター(肘と膝)の着用を義務付けています。

最大利用人数を30人程度とし、利用制限を行う場合があります。



利用要項

利用者登録申請
書兼同意書