

# 総合型地域スポーツクラブ 令和元年度

各種  
教室

## 参加者募集!!

# うすねニュースポーツクラブ

お問い合わせ

薄根公民館「うすねニュースポーツクラブ」事務局

☎ 0278-22-3160 (月～金曜日)

〒378-0063 沼田市下沼田町 733-1

申し込み受付は当日会場にて行います。  
参加費:大人1回500円(保険代含)小中学生は無料。  
ファミリーでの参加大歓迎です!

## 前期

教室名	月日	曜日	時間	会場	対象	回数	備考
だんべえ踊り教室	6/1	土	9:30~11:30	薄根小体育館	だれでもOK	5回	鳴子の音色と共に楽しく踊りましょう!
	6/10・17・24 7/8	月	19:30~21:00	薄根中体育館			
ターゲットバードゴルフ教室	6/16・30 7/14 8/25	日	9:30~11:30	池田 ニュースポーツ 広場	小学校 3年生以上	4回	初めての方でも大丈夫!
トランポクス教室	6/26 7/3・10・17・24	水	11:00~12:30	勤労青少年ホーム	だれでもOK	5回	トランポリンで健康増進運動
ダンベル体操教室	7/13	土	9:30~11:30	薄根小体育館	だれでもOK	5回	健康な体づくりにぜひどうぞ!
	7/19・26 8/9・30	金	19:30~21:00	薄根公民館			
エアロビク教室	7/4・11・18・25	木	10:00~11:30	薄根公民館	だれでもOK	4回	リズムに合わせて楽しく動こう!

## 後期

教室名	月日	曜日	時間	会場	対象	回数	備考
パドルテニス教室	8/31	土	9:30~11:30	薄根小体育館	小学生以上	5回	ミニテニスを楽しみましょう!
	9/5・12・19・26	木	19:00~21:00	薄根中体育館			
チュック&軽スポーツ教室	10/5	土	9:30~11:30	薄根小体育館	小学生以上	5回	軽スポーツにチャレンジ!
	10/7・21・28 11/11	月	19:00~21:00	薄根中体育館			
ウォーキング教室	10月未定			薄根地区周辺	だれでもOK	1回	薄根地区の名所巡り
野外活動教室	10/19	土	9:30~11:30	池田 ニュースポーツ広場	わくわくスクール スポーツ少年団他	1回	ターゲットバードゴルフを体験
チャレンジ・ザ・ゲーム	11/2	土	9:30~11:30	薄根小体育館	だれでもOK	1回	記録に挑戦!
健康教室	12/7	土	9:30~11:30	薄根小体育館	だれでもOK	1回	体力測定とドッジボール

## 活動風景

スポーツ少年団卓球



だんべえ踊り



ターゲットバードゴルフ



スポーツ少年団野球



スポーツ少年団エアロビク



トランポクス



ダンベル体操



## 活動風景

チャレンジ・ザ・ゲーム



パドルテニス



チュック&軽スポーツ



スポーツ少年団サッカー



スポーツ少年団柔道



エアロビク



健康教室



こちらも  
参加者募集中!!

## 生涯エアロビクフェスティバル

日時 11月10日(日) 12:30~16:00  
会場 みなかみ町月夜野総合体育館

## ドッジボール大会

日時 12月15日(日) 9:30~11:30  
会場 薄根小体育館

## < 注意事項 >

時間と、会場が変更になる場合がありますので、事前にお問い合わせください。