

# 南魚スポーツパラダイス

## 第3期 スイミングスクール参加者募集中!

1月~3月 (全10回) 受付期間 12/1 土 9:00 ~ 12/28 水 21:00まで

抽選日 14金 17:00~ 追加募集(空きがある教室及び2教室目) 15土 9:00~28金 17:00まで

水中での運動は無理なく身体を動かさず。泳力・体力向上、シェイプアップなど、様々な目的に沿うように教室を開講しています。

申し込み方法 申し込み用紙とハガキに必要事項を記入して、フロントへ提出してください。

※各用紙はディスプレイ南魚沼にあります。定員を超えた場合は抽選を行い、結果はハガキでご案内いたします。

※教室は都合により、日程・回数・料金などが変更になる場合があります。なお、詳細につきましては各コース参加申込書をご覧ください。※下記受講料のほかに、プール利用料が毎回必要です。お得なプリペイドカード・定期券をご利用ください。※経験者のみ受講可能な中級、上級コースもあります。詳しくはお問合せください。

プールが初めてのお子さんにも水なれから丁寧に教えます!

コース	曜日	時間	対象者・定員	受講料	
				スポパラ会員	一般
親子 Oコース	土	19:00~19:50	年齢/平成31年1月末日時点で3歳以上の未就学児と保護者 ※おむつが外れていること 定員/親子10組 ※最少催行組 5組	新規/1,540円 再受講/3,080円	
幼児 Aコース	水	18:00~18:50	年齢/平成31年1月末日時点で5歳以上の未就学児 定員/20人 ※最少催行人数 8人	保護者が会員の場合 新規/820円 再受講/3,080円	5,650円
	木	16:00~16:50			
	金	18:00~18:50			
	土	10:00~10:50 18:00~18:50			
初級 Bコース	水・木・金	17:05~17:55	年齢/小学生 泳力/クロールで25mを泳げない児童から 中級を目指す児童 定員/40人 ※最少催行人数 10人	新規/無料 再受講/3,080円 JSC会員/ 3,600円	
		19:05~19:55			
	土	11:00~11:50			
	17:05~17:55 18:05~18:55				

負担が少ない水中歩行から楽しいアクアエクササイズまで、成人向けのコースも種類いろいろ!

コース	曜日	時間	対象者・定員	受講料	
				スポパラ会員	一般
レディース Lコース	火	11:00~12:00	年齢/16歳以上の女性 泳力/不問 定員/30人 ※最少催行人数 10人 一般営業時間外なので、プールの中は女性のみ! 周囲の目を気にせず受講できます	新規/無料 再受講/3,080円 ミニアクア再受講/ 2,050円	5,650円
一般 Fコース	水				
シニア Sコース	水	14:00~15:00	年齢/おおむね60歳以上 泳力/不問 定員/30人 ※最少催行人数 10人	2教室目から 1教室につき 3,080円 ミニアクア/ 2,050円	ミニアクアのみ 3,080円
エンジョイ アクア Eコース	火	20:10~21:00	年齢/16歳以上 定員/火 20人 水 40人 ※最少催行人数 12人 木 20人		
アクア エクササイズ Eコース	水	11:10~12:00			
ミニアクア Eコース	木	14:20~14:50			
水中歩行 Hコース	金	11:00~12:00	年齢/16歳以上 定員/30人 ※最少催行人数 18人		

# まもなく OPEN!

## 欠之上クロスカントリー施設

かけのうえ

施設開設期間 12月15日(土) ~ 平成31年3月31日(日)

オープン日は予定です (12月31日(月)・平成31年1月1日(火)は休館日です)

〒949-6602 南魚沼市欠之上505-2

TEL 025-773-6108 / FAX

※降雪・積雪の状況により変更する場合があります。

地域の皆様の健康づくり・スポーツ活動を応援しています!

### 協賛企業・店舗のみなさま

協賛店舗で、スポパラ会員証を提示すると、さまざまな特典が受けられます。お得な特典をチェックしてみよう!!

Sound Bowl サウンドボウル 六日町店

貸シューズ代 無料

TEL 025-770-2611

<p>フェイシャルエステ/コスメ/ネイル</p> <p><b>すにまに</b></p> <p>美容液4本分チャージマスクエステ ¥4,320→¥3,500に!</p> <p>TEL 025-783-4580</p>	<p>ECCジュニア 六日町八幡教室</p> <p>無料体験レッスン参加者にクリアファイルプレゼント</p> <p>TEL 025-772-3795</p>	<p>全誠館</p> <p>グレースコートヘアリス</p> <p>チャペル教会学費プレゼント ご宴会時にお好きなお飲み物をボトル1本サービス(10名様以上)</p> <p>TEL 025-772-2377</p>	<p>洋服・和服のケア・しみ抜き</p> <p>有限会社 協栄ドライ</p> <p>持ち込みの方に限り ふれ愛カードポイント2倍!!</p> <p>TEL 025-772-4162</p>	<p>MODERN DINING</p> <p>五六</p> <p>ワンドリンクサービス</p> <p>TEL 025-775-7330</p>
<p>ピタッとほけん</p> <p>相談に来られた方に、生活に役立つ「選べる粗品」プレゼント</p> <p>TEL 0120-728-778</p>	<p>五日町スキー場</p> <p>TEL 025-776-2132</p>	<p>上の郷 (ういのさと)</p> <p>代金から10%割引(宴会を除く)</p> <p>TEL 025-782-1197</p>	<p>HIGH PUSH</p> <p>3つの特典をそれぞれ1冊サービス致します</p> <p>TEL 025-770-0808</p>	<p>株式会社 関電気</p> <p>TEL 025-772-2054</p>
<p>MAX トレーニング GYM</p> <p>体験料2,000円を無料に! (お一人様1回限り)</p> <p>TEL 025-772-4608</p>	<p>株式会社 北村商事</p> <p>TEL 025-772-2235代</p>	<p>M・J・S ミュージカル ジャズダンススタジオ</p> <p>2,000円の体験レッスンを無料体験! (お一人様1回限り)</p> <p>TEL 080-3451-5261</p>	<p>CoCo 茶屋</p> <p>2,000円お買い上げで コーヒー券をサービス</p> <p>TEL 025-778-1316</p>	<p>神泉の湯</p> <p>入浴料 大人500円⇒400円に</p> <p>TEL 025-788-0260</p>
<p>若井クリーニング</p> <p>持ち込みの方に限り 衣類クリーニング料金10%OFF</p> <p>TEL 025-775-2153</p>	<p>BOUNCE CLUB</p> <p>1回無料体験</p> <p>TEL 080-4718-2006</p>	<p>公園の中の美術館 池田記念美術館</p> <p>入館料20%OFF (通常500円→400円)</p> <p>TEL 025-780-4080</p>	<p>TONZAI H2O TREATMENT</p> <p>東西化学産業株式会社</p> <p>TEL 025-249-1348</p>	<p>洋食と中華料理のお店 レストラン きりん</p> <p>1,000円以上のお食事の方 ソフトドリンクサービス</p> <p>TEL 025-776-2460</p>
<p>Brain!こども教室</p> <p>1回無料体験</p> <p>TEL 025-774-3033代</p>	<p>kinjou.ac.jp</p> <p>http://www.kinjou.ac.jp/</p>	<p>木の芽坂</p> <p>日帰り入浴 800円→500円</p> <p>TEL 025-773-3456</p>	<p>SCHIGO LUTATA スポーツ</p> <p>スポーツシューズ、スポーツウェア 定価より20%割引</p> <p>TEL 025-784-2407代</p>	<p>(有)新伸代行</p> <p>TEL 025-770-2620</p>
<p>一鍼一灸堂</p> <p>会員様特典はお問い合わせください。</p> <p>TEL 025-772-4411</p>	<p>クリーニングショップ 新住和家</p> <p>寝具のクリーニング代金30%割引</p> <p>TEL 025-776-3811</p>	<p>日帰入浴 1,000円→500円(半額サービス)</p> <p>TEL 025-773-3333</p>	<p>カクチョウ印刷株式会社</p> <p>チケット料金5%OFF (一部適用外があります)</p> <p>TEL 025-782-0071</p>	<p>MINAMIUONUMA SHIMINKAIKAN 南魚沼市民会館</p> <p>市民会館主催事業1公演につき2枚まで チケット料金5%OFF (一部適用外があります)</p> <p>TEL 025-773-5500代</p>

平成31年度 スポパラ協賛店募集中!!