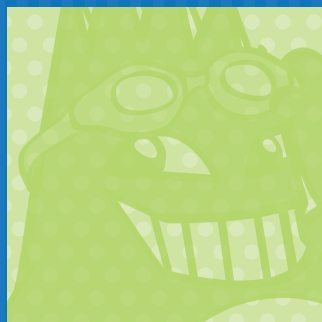


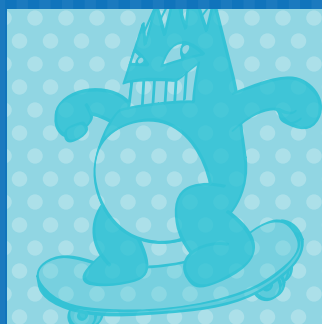
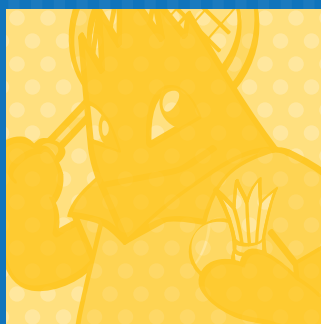
『いつでも・どこでも・だれとでも・いつまでも』の理念の下、地域の皆さんがスポーツを楽しめるように、そのきっかけの場を提供するスポーツクラブ。それが **南魚スポーツパラダイス** (略してスポパラ) です！



いい汗イロイロ、スポーツいろいろ みんなで支えるスポーツ&カルチャー

南魚スポーツパラダイス

NANGYO SPORTS PARADISE



- 2教室以上に参加・再受講するなら **断然お得!**
- ディスポート南魚沼の定期券が**通常の30%引き!**
水泳教室に参加するなら**1教室でもお得!**
- 各教室の受講料が **無料**または**割引**
- **協賛店舗にてお得な特典**
協賛店舗の会員特典は広告スペースをご覧ください
- 市民会館主催事業1公演につき2枚まで (一部適用外もあります)
チケット料金5%OFF
- ディスポート南魚沼で使える**無料券を5枚プレゼント**
・小栗山サンスポーツランドスケートパーク
・鈴木牧之記念館・南魚沼市トミオカホワイト美術館 でも使えます

**スポパラ会員
になると
嬉しい特典
イロイロ!**

家族揃って、友達さそって、夫婦一緒に、スポパラ会員に!

南魚スポーツパラダイスは会員のみなさまの年会費と教室の受講料を主な財源として活動しています。

年会費 ※小学生以上が対象です

個人会員	6,170円
ファミリー会員 (同一世帯5名まで)	18,510円
ジュニアスポーツクラブ会員	1,540円
特別会員 (障がい者ほか)	4,110円

年会費とは

クラブを運営する資金となります。

受講料とは

各教室を運営する資金となります。
主に消耗備品の購入や指導員の謝金に
充てられます。

企画・運営 公益財団法人 南魚沼市文化スポーツ振興公社

南魚スポーツパラダイス

〒949-6611 南魚沼市坂戸372 ディスポート南魚沼内

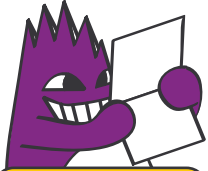
TEL 025-773-3210 FAX 025-773-6955

E-mail: spopara@6bun.jp スポパラHP <http://www.6bun.jp/spopara/>



陸の教室のご案内

期：時期 曜：曜日 時：時間
 対：対象 定：定員 場：会場



申し込み方法

- ◆申し込み開始日・開始時間は、教室ごとにそれぞれ異なります。詳細はディスプレイ南魚沼館内掲示、及び市報をご覧ください。
 - ◆教室要項・申し込み用紙は、申し込み開始時間になりましたらディスプレイ南魚沼に設置いたします。必要事項をご記入の上、受講料を添えてディスプレイ南魚沼フロントへお申し込みください（お電話での申し込みはできません）。
 - ◆申し込みは先着順となり、定員に達し次第締め切りとなります。申し込み開始時間の15分前より予備受付を行います。申し込み開始時間に定員を超えるお客様がいらっしゃる場合は、申し込み開始時間と同時に締め切りその場で抽選を行います。
 - ◆各教室への参加は、それぞれ申し込みが必要です。＊水泳教室とは申し込み方法が異なりますのでご注意ください。
- ※各教室とも、最少催行人数・組に達しない場合は中止となります。※都合により内容が変更となる場合があります。予めご了承ください。

楽しく運動・楽しく体験

子どもの教室
 家族みんなで
 ママ友と

楽しいキッズダンス教室

年中からはじめられるヒップホップダンスレッスン!

期 全2期 第1期(4月~7月)
 第2期(9月~12月)(各期10回)
 曜 毎週木曜日 時 17:30~18:30
 対 4歳児(年中)~小学1年生
 定 15人(各期) 最少催行人数:9人
 場 ディスポート

	受講料	
	会員	一般
新規	無料	4,110円
再受講	2,050円	

スポーツ教室 体育寺子屋 身体を動かすことの楽しさや「できる」を見つけよう!

夏期		冬期(初心者アルペンスキー)	
期	5月~12月(月1回程度)	期	1月~2月(全5回)
曜	日曜日 時 9:30~11:30	曜	土曜日
対	小学生	時	9:30~11:30
定	40人(各期) 最少催行人数:15人	対	小学生(スキー初心者)
場	ディスプレイほか	定	40人 最少催行人数:30人
		場	市内スキー場

	受講料		受講料	
	会員	一般	会員	一般
新規	無料	4,110円	1,540円	4,110円
再受講			※リフト代は別途必要	

わんぱくキッズ教室

ハイキング・魚つかみどりなど家族で楽しもう!

期 5月~3月
 曜 日曜日(月1回) ※土曜になる場合もあります
 時 9:30~11:30
 対 4歳児(年中)~小学生とその保護者
 定 親子25組 最少催行組:15組
 場 ディスポートほか市内各所

	受講料	
	会員	一般
新規	無料	4,110円
再受講	2,050円	

受講料は申し込み用紙をご覧ください。

ベビーマッサージ教室

赤ちゃんとお母さんの肌のふれあいを体験!

期 全4期(各期5回)
 曜 木曜日 時 10:30~12:00
 対 生後2ヶ月~ハイハイ前の乳児とお母さん
 定 11組(各期) 最少催行組:4組
 場 ディスポート

	受講料		材料費
	会員	一般	
新規	2,050円	4,110円	500円
再受講			



シェイプアップしたい

ストレス発散に
 身体を
 動かしたい!

卓球教室

初心者の方から大会出場の方まで参加できる!

期 通年(4月~3月)
 曜 毎週火・水・土曜日、隔週金曜日
 (火曜日のみ登録者選手コース)
 時 火・水・土 10:00~12:00
 金 19:30~21:00
 対 小学生以上 定なし
 場 ディスポート(7月~9月はB&G体育館)

	受講料	
	会員	一般
通年	無料	大人 1回200円 高校生以下 1回100円

リズム体操教室

軽快なリズムに乗って楽しく身体を動かす!

期 全3期 第1期(4月~7月)
 第2期(9月~12月)
 第3期(1月~3月)(各期10回)
 曜 毎週火曜日 時 13:00~14:00
 対 16歳以上
 定 50人(各期) 最少催行人数:30人
 場 ディスポート

	受講料	
	会員	一般
新規	無料	4,110円
再受講	2,050円	

やさしいステップボクシング教室

強くなやかな身体を作るボクシングフィットネス!

期 全2期 第1期(4月~7月)
 第2期(9月~12月)
 (各期10回)
 曜 毎週木曜日 時 18:30~19:30
 対 16歳以上
 定 25人(各期) 最少催行人数:15人
 場 ディスポート

	受講料	
	会員	一般
新規	無料	4,110円
再受講	2,050円	

仲間と一緒に健康増進

元気はつらつ
 シニアスポーツ

4人制ワンバウンドバレーボールクラブ

ボールを一度バウンドさせるバレーボール! みんなで楽しもう!

期 11月~3月
 曜 毎週水・木曜日
 時 13:30~15:30
 対 概ね50歳以上
 定 なし
 場 ディスポート

パドミントンコートでソフトバレーボールを使用していきます。ボールが柔らかいので初心者でも安心。冬場の運動不足解消に!

	受講料	
	会員	一般
新規	無料	3,080円

6人制ワンバウンドバレーボールクラブ

ボールを一度バウンドさせるバレーボール! みんなで楽しもう!

期 通年(4月~3月)
 曜 毎週火・金曜日
 時 13:30~15:30
 対 女性45歳・男性60歳以上
 定 なし
 場 ディスポート

バレーボールコートで行います。バレーボール経験者も未経験者も大歓迎!

	受講料	
	会員	一般
新規	無料	4,110円

協賛企業・店舗のみなさま

※順不同

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!!

「やっぱりそろばん!」
 そろばん・あんざんで計算力アップ! 学力アップ!

計算力に考える力を伸ばそう!
 大好評!! 「育脳トライアル」
 あんざん、右脳トレーニング
 そろばん、思考力開発
Brain!こども教室
 六日町校・五十沢校 (姉妹校) 増内校

1回無料体験

〒949-6680 南魚沼市六日町2272(二輪プラザ大塚棟2F)
 TEL 025-774-3033(代) 090-2313-8177
 http://www.facebook.com/brainkodomo/ E-mail brainkodomo@yahoo.co.jp

コーヒーとネコ雑貨の店

CoCo 茶屋

雑貨2,000円お買い上げで
コーヒー券をサービス

〒949-6680 南魚沼市六日町27-1
 TEL/FAX 025-778-1316
 営業時間 11:00~17:00 定休日 不定休

楽しく英会話を身につけよう!
 きれいな発音、使える英会話は当教室で!!

ECC エア
 六日町八幡教室

無料体験レッスン、
クリアファイル+ノートプレゼント

〒949-6609 南魚沼市八幡33-1
 TEL 025-772-3795 FAX 025-772-4426
 http://www.eccjr.co.jp/

心身ともにリフレッシュ

無理なく
運動・癒しの
教室

簡単ツボ押し教室

自分で簡単にできる健康習慣を身に着けよう!

期 企画進行中!!
曜 詳細は今後、市報・ディスポート
時 掲示等でお知らせします!

対 どなたでも
定 10人(各期) 最少催行人数:5人
場 ディスポート

受講料		
新規	会員	一般
再受講		未定

フラダンス教室

年齢や柔軟性に関係なくどなたでも!

期 全3期 第1期(4月~7月)
第2期(9月~12月)
第3期(1月~3月)(各期10回)

曜 毎週金曜日 時 11:00~12:00
対 16歳以上
定 50人(各期) 最少催行人数:30人
場 ディスポート

受講料		
新規	会員	一般
再受講	2,050円	4,110円

ボディメイキング教室

ボールを使ってエクササイズ!

期 全3期 第1期(4月~7月)
第2期(9月~12月)
第3期(1月~3月)(各期10回)

曜 毎週火曜日 時 19:00~19:50(火曜)
毎週金曜日 時 10:00~10:50(金曜)
対 16歳以上
定 25人(各期・各曜日) 最少催行人数:15人
場 ディスポート

受講料		
新規	会員	一般
再受講	2,050円	4,110円

*火・金曜2教室以上同時受講の場合、2教室目以降は会員2,050円、一般4,110円です。

らくらく青竹教室

青竹踏みを使って簡単なエクササイズ!

期 全3期 第1期(4月~7月)
第2期(9月~12月)
第3期(1月~3月)(各期10回)

曜 毎週木曜日 時 13:00~14:00
対 16歳以上
定 40人(各期) 最少催行人数:24人
場 ディスポート

受講料		
新規	会員	一般
再受講	2,050円	4,110円

長期太極拳教室

深い呼吸、めめらかな動作の全身運動で心身ともに健康に!

期 通年(4月~3月)
曜 毎週水曜日
時 19:30~21:00
対 10歳以上(小学生は保護者同伴)
定 50人 最少催行人数:30人
場 ディスポート

受講料		
新規	会員	一般
再受講	無料	4,110円

別途月額2,000円が必要となります。

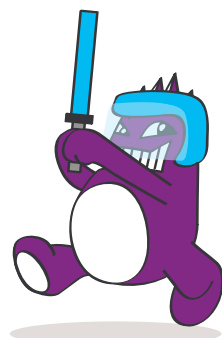
スポーツチャンバラ教室

空気が入ったソフト剣で戦うスポーツ。親子で楽しめます!

期 全4期(各期5回)
第1期(5月~6月)、第2期(6月~7月)
第3期(10月~11月)、第4期(11月~12月)

曜 毎週火曜日 時 19:00~20:00
対 小学生以上(大人も大歓迎)
定 10人(各期) 最少催行人数:6人
場 ディスポート

受講料		
新規	会員	一般
再受講	1,020円	2,050円



一人でもできる
曜日・時間に
縛られない

チャレンジ坂戸山

めざせ!目標登頂40回!
達成した方には記念品を贈呈!

期 5月~10月末
対 どなたでも
定 なし
場 坂戸山

受講料		
新規	会員	一般
再受講	無料	4,110円

チャレンジ日本縦断

色々な種目で目標距離を目指そう!
目標達成した方には記念品を贈呈!

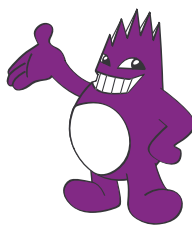
期 5月~2月末
対 どなたでも
定 なし
場 ディスポート

受講料		
新規	会員	一般
再受講	無料	4,110円

別途、施設利用料が必要となります(定期券可)

受講料
【新規】平成31年度、初めて当該教室を受講する方。
【再受講】平成31年度、第1期、第2期に受講経験のある方。

*都合により内容、日程が変更になる場合があります。予めご了承ください。



講師
募集中!!

スポパラでは随時、新規教室の開設、講師の募集を行っています!
地域住民の健康増進のために、あなたの資格や経験を役立ててみませんか?
お気軽にご相談ください!

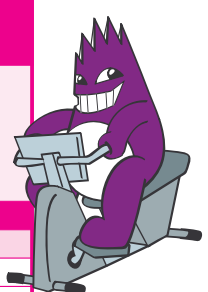
トレーニングマシン使用法講習会

トレーニングをしたいけど使い方がわからない方

期 月1回
曜 主に日曜日 時 12:00~13:30
対 中学生以上
定 6人
場 ディスポート

受講料		
新規	会員	一般
再受講	無料	200円

別途、施設利用料(300円)が必要となります(定期券可)



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!

~無料相談実施中~

ピタツとほけん

イオン六日町店

TEL 0120-728-778
http://fic-group.co.jp/
営業時間 10:00~19:00

「筋肉は裏切らない」
ひとりでも多くの方に実践を

MAX
トレーニング GYM

ビジター利用料2,000円を1回無料

〒949-6680 南魚沼市六日町242 TEL/FAX 025-772-4608
https://www.facebook.com/maxkanayama
営業時間 10:00~22:00 定休日 日・祝祭日

各自の目的に合わせ元プロボクサーが直接指導します。
「女性のためのシェイプアップコース」は効果があると、女性に人気です。
☆女性のためのキック
☆レギュラー
☆シェニア
☆ストレッチコース
☆VER TO LATE
☆EVER TO LATE
☆EVER TO LATE
☆EVER TO LATE

1回無料体験

〒949-6775 南魚沼市宮700-4(五十沢小学校近く)
TEL 080-4718-2006 http://m.facebook.com/WINBoxingClub
E-mail winboxing2006@yahoo.co.jp
営業時間 月・水曜日19:45~23:00/木曜日20:30~23:00

南魚沼市、唯一のスケートボード、スノーボード専門店
みなさんのお役に立てるように日々、知識と技術の向上を目指してまいります。気軽に相談ください。

HIGH PUSH
skateboard & snowboard

- ・スケートボード無料貸出(1回)
- ・スキー、スノーボードホットワックス20%OFF(800円+税)

〒949-6680 南魚沼市六日町123-4
TEL 025-770-0808 FAX 025-788-0600
https://highpush.biz
E-mail shop@highpush.biz
営業時間 13:00~20:00 定休日 水曜日

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!

株式会社 北村商事

〒949-6611 南魚沼市坂戸18-1
TEL 025-772-2235(付) FAX 025-773-3648
E-mail k_syouji@mars.jstar.ne.jp
営業時間 8:00~17:30 定休日 日曜日

プール・浴槽の水処理コンサルティング

TOHZAI H2O TREATMENT

東西化学産業株式会社

〒950-0901 新潟市中央区弁天3-2-3
(ニッセイ新潟駅前ビル8F)
TEL 025-249-1348 FAX 025-249-1349
http://www.tohzaico.jp/
営業時間 9:00~17:30 定休日 土・日・祝

スイミングスクールのご案内

各教室への参加は、それぞれ別途申し込みが必要です。

※陸の教室とは申し込み方法が異なりますのでご注意ください。

◆申し込み開始日時

第1期 3月1日 午前9時 第2期 8月1日 午前9時 第3期 12月1日 午前9時

受付期間は、上記開始日より概ね10日間程度です。詳しくは、ディスポート南魚沼館内掲示、及び市報をご覧ください。

◆教室要項・申し込み用紙及び受講通知用ハガキは、申し込み開始時間になりましたら、ディスポート南魚沼に設置いたします。

“申し込み用紙”及び“受講通知用ハガキ”に必要事項をご記入の上、フロントにお申し込みください（お電話での申し込みはできません）。

◆定員を超えた場合は抽選を行います。スポパラ会員優先ですが、会員で定員を超えた場合も抽選を行います。

◆受講可否はハガキでお知らせいたします。「受講決定」となりましたら、受講料を期限までにお支払いください。

※各教室とも、最少催行人数・組に達しない場合は中止となります。

※都合により内容が変更となる場合があります。予めご了承ください。

スポパラ会員として水泳教室を受講する場合、1期目の受講料が新規、2期目以降は教室の種類が異なっても受講料は再受講となります。

下記受講料の他にプール利用料が毎回必要になります。

お得な定期券（スポパラ会員30% OFF）やプリペイドカードもございますので、フロントへお尋ねください。

一般	510円
高校生以下・シニア	300円

教室受講料

【新規】
平成31年度、スイミングスクールを初めて受講する方。

【再受講】
平成31年度、第1期、第2期に受講経験のある方。

～親子・幼児コース～

★おうちの人と一緒にプールに入りたいお子様から、1人でプールに入るのが初めて！水が怖い！というお子様まで、遊びを通して水なれをします★

	教室名 (時間)	対象者 (定員)	内 容	期間 回数	受講料		主な注意事項 詳しくは、各教室要項及び 申込書をご覧ください。	
					会 員	一 般		
親 子 ○ コ ー ス	O土 (19:00～19:50) 毎週 土曜日	★教室開始月末日までに 3歳以上になる未就学児 と保護者 ※おむつが取れていること ★泳力：不問 ★定員：親子10組 ※最少催行組5組	初めて水に入る、又は 水が怖い幼児を 対象に保護者と一緒 に遊びを通じて水なれ を行います。	第1期 (4月～7月) 全13回	保護 者 が 会 員 の 場 合	新規 1,540円	各 期 5,650円	キャップの色 【指定なし】 ※未就学児はスポパラ会員 対象外のため、左記は 保護者の方が会員か否か の料金です。 ※未就学のお子様だけで の入場はできません。 必ず保護者同伴で入場 し、教室開始時間までに 着替え及びトイレを済ま せてください。
				第2期 (9月～12月) 全13回		新規 1,540円 再受講 4,110円		
				第3期 (1月～3月) 全10回		新規 1,540円 再受講 3,080円		
幼 児 A コ ー ス	A水6 (18:00～18:50) 毎週 水曜日	★教室開始月末日までに 5歳以上になる未就学児 ★泳力：不問 ★定員：各20人 ※最少催行人数8人	初めて水に入る、又は 水が怖い幼児を 対象に軽い運動・ 水なれ・クロールの 練習を行います。	第1期 (4月～7月) 全13回	保護 者 が 会 員 の 場 合	新規 820円 2教室目 4,110円	各 期 5,650円 (2教室目以降 も同じ金額)	キャップの色 【ピンク】 ※未就学児はスポパラ会員 対象外のため、左記は 保護者の方が会員か否か の料金です。 ※必ず保護者の方が更衣室 まで付き添い、着替え及 びトイレを済ませてくだ さい。 お子様の体調不良など、 早めのお迎えをお願い する場合がありますので、 保護者の方は必ず館内に いらしてください。
	A木4 (16:00～16:50) 毎週 木曜日			第2期 (9月～12月) 全13回		新規 820円 再受講 4,110円 2教室目 4,110円		
	A金6 (18:00～18:50) 毎週 金曜日			第3期 (1月～3月) 全10回		新規 820円 再受講 3,080円 2教室目 3,080円		
	A土10 (10:00～10:50) 毎週 土曜日							
	A土6 (18:00～18:50) 毎週 土曜日							

アート・文学・スポーツを三本柱にオリジナリティにあふれた多彩なコレクションを展示しています。

公園の中の美術館
池田記念美術館

入館料20%OFF
(通常500円→400円)

〒949-7302 南魚沼市浦佐5493-3
TEL 025-780-4080 FAX 025-777-3815
http://www.ikedaaart.jp/ E-mail info@ikedaaart.or.jp
営業時間 AM9:00～PM5:00(最終入館PM4:30)
定休日 水曜日(祭日の場合は翌日(その他展示変更のための臨時休館あり))

絶景露天風呂より四季折々の山なみが見られます

政府登録国際観光旅館/日本観光旅館

ほたる木の芽坂
HOTEL KINOMEZAKA

〒949-6636 南魚沼市小栗山93-1
TEL 025-773-3456 FAX 025-773-3460
http://kinomeht.co.jp/
E-mail magokoro@kinomeht.co.jp

名刺、伝票、封筒、チラシ、ポスター
パンフレット、カタログなど

おまかせください!

速い 丁寧 高品質

カクチョウ印刷株式会社

〒949-6436 南魚沼市中372-1
TEL 025-782-0071 FAX 025-782-1562
E-mail kakucyou@trust.ocn.ne.jp

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!

ECHIGO 湯沢 MURATAYA SHOES スポーツ

スポーツシューズ、スポーツウェア
定価より20%割引

〒949-6101 南魚沼郡湯沢町湯沢4-1-4
TEL 025-784-2407(代) FAX 025-784-2114
E-mail murataya@poppy.ocn.ne.jp
営業時間 9:00～19:00 不定休

～初級・中級・上級コース～

★水が怖い・水泳をやってみたい小学生からもっとレベルアップしたい小・中学生まで★

	教室名 (時間)	対象者 (定員)	内 容	期 間 回 数	受 講 料			主な注意事項 詳しくは、各教室要項及び 申込書をご覧ください。
					会 員	ジュニア会員	一 般	
初 級 (B コ ー ス)	B火 (17:05～17:55) 毎週 火曜日 ※第1期・第2期のみ	★小学生 ★泳力: クロールで25m泳げ ない児童から中級を 目指す児童まで ★定員:各40人 ※最少催行人数10人	ク ロ ー ル25mを 30秒以内、背泳ぎ 25mを35秒以内で 泳げることを目標 に、キック・手のかき・ 息継ぎの練習を行いま す。	第1期 (4月～7月) 全13回	新 規 無 料 2教室目 4,110円	各 期 3,600円 2教室目 4,110円 (3期は 3,080円)	各 期 5,650円 (2教室目以降 も同じ金額)	キャップの色 【黄色】 ※開始時間までに 着替えを済ませ、 プールサイドにお 集まりください。
	B水 (17:05～17:55) 毎週 水曜日							
	B木 (17:05～17:55) 毎週 木曜日							
	B金5 (17:05～17:55) 毎週 金曜日							
	B金7 (19:05～19:55) 毎週 金曜日							
	B土11 (11:00～11:50) 毎週 土曜日							
	B土5 (17:05～17:55) 毎週 土曜日							
B土6 (18:05～18:55) 毎週 土曜日								
中 級 (C コ ー ス)	C火 (18:00～19:00) 毎週 火曜日 ※第1期・第2期のみ	★小学3年生以上 ※ただしCコース受講経験者 またはBコースからの 進級者 ★泳力: クロール25m30秒 以内 背泳ぎ25m35秒以内 正しいフォームで 泳げること ★定員:各30人 C土のみ40人 ※最少催行人数10人	4泳法の習得と、個 人メドレー100m を泳ぎきるための 練習を行います。 スタート、ターンの 技術習得、クロール 50mを43秒以内、 個人メドレー 100m1分50秒 以内を目指します。	第1期 (4月～7月) 全13回	新 規 無 料 2教室目 4,110円	各 期 3,600円 2教室目 4,110円 (3期は 3,080円)	各 期 5,650円 (2教室目以降 も同じ金額)	キャップの色 【青色】 ※開始時間までに 着替えを済ませ、 プールサイドにお 集まりください。
	C水 (18:00～19:00) 毎週 水曜日							
	C木 (18:00～19:00) 毎週 木曜日							
	C金 (18:00～19:00) 毎週 金曜日							
	C土 (11:00～12:00) 毎週 土曜日							
上 級 (D コ ー ス)	D木 (19:00～20:00) 毎週 木曜日	★小学3年生以上 ※ただしDコース受講経験者 またはCコースからの 進級者 ★泳力: クロール50m43秒 以内 100mメドレー 1分50秒以内 ★定員:各15人	4泳法の上達とタイム の短縮を目指します。	第1期 (4月～7月) 全13回	新 規 無 料 2教室目 4,110円	各 期 3,600円 2教室目 4,110円 (3期は 3,080円)	各 期 5,650円 (2教室目以降 も同じ金額)	キャップの色 【白】 ※開始時間までに 着替えを済ませ、 プールサイドにお 集まりください。
	D土 (10:00～11:00) 毎週 土曜日							

地域の皆様の文化振興、スポーツ振興に貢献します!

MINAMIUONUMA SHIMINKAIKAN
南魚沼市民会館
公益財団法人 南魚沼市文化スポーツ振興公社

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)

〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町865
TEL 025-773-5500(代) 0120-150-142 FAX 025-772-8161
http://www.6bun.jp/kaikan/ E-mail:info@6bun.jp
受付時間 8:30～17:00 定休日 月曜日(月曜日祝日の場合は翌日)

飲んだ貴方の安全・家族の安心のために 新伸代行

(有)新伸代行

〒949-6680 南魚沼市六日町2130-2
TEL 025-770-2620 FAX 025-770-2521
営業時間 PM5:30～AM4:00 定休日 12/31

元気があれば何でもできる!!

56
MODERN DINING
ちや

ワンドリンクサービス

〒949-6803 南魚沼市川窪1167-1 TEL/FAX 025-775-7330
検索 くるたび 与六ちや 営業時間 17:00～0:00 不定休

わたしたちは快適で安心なライフラインに
欠かすことのできない
電気・空気・水にかかわる“総合設備業”として
地域に貢献してまいります

Seki Electronics Co.,Ltd

株式会社 関 電 気

〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町2250
TEL (025)772-2054 (025)773-2277(アリア事業部)
FAX (025)773-2035
http://www.sekidenki.jp/ E-mail ecseki@ruby.ocn.ne.jp
営業時間 8:00～17:30

～長期・夏休み短期・中級準備コース～

★一年を通してプールに通いたい・夏休みの短期間だけ練習がしたい・中級クラスに上がる前にちょっと復習★

	教室名 (時間)	対象者 (定員)	内 容	期間 回数	受講料			主な注意事項 詳しくは、各教室要項及び 申込書をご覧ください。
					会 員	ジュニア会員	一 般	
長期コース (進級制教室)	BV (ビーバー) (10:00～10:50) 毎週 土曜日	★受講前の泳力テストに合格した小学生 ★泳力：面かぶりクロールで7m以上泳げること	※BV 2泳法で25m泳げるよう練習します。	4月～3月 全45回 前期 (4月～8月) 全19回 中期 (9月～12月) 全15回 後期 (1月～3月) 全11回	前期 5,140円 中期 4,110円 後期 3,080円	前期 7,710円 中期 6,170円 後期 4,620円	前期 10,280円 中期 8,220円 後期 6,170円	キャップの色 【指定なし】 ※IKを卒業すると希望者は水泳協会が主催する教室へ進級できます。
	IK (イルカ) (20:00～21:00) 毎週 木曜日	★受講前の泳力テストに合格した小学生またはBV (ビーバー)からの進級者 ★泳力：2泳法で各25mを規定タイムで泳げること	※IK 3泳法の習得及び上達を目指します。					
夏休み短期	【初心者】 A・Cコース (17:05～17:55) B・Dコース (18:05～18:55)	★クロールで25m泳げない小学生 ★定員：各先着50人	水なれとクロールの練習を行います。	夏休み前半 【5日間集中レッスン】	1,540円			キャップの色 【指定なし】 ※開始時間までに着替えを済ませ、プールサイドにお集まりください。
	中級準備コース (17:00～17:55)	★初級 (Bコース) から中級 (Cコース) への進級が決まっている児童 ★先着30人	初級 (Bコース) から中級 (Cコース) への進級が決まった受講者へ、中級クラスの準備を行います。	夏休み後半 【6日間集中レッスン】	1,850円		3,080円	
	中級おさらいコース (18:00～19:00)	★中級 (Cコース) を受講したことがある児童 ★先着30人	中級 (Cコース) の受講者へ、夏休み期間中におさらいをし、次期につなげるようにします。					
	小学校親善大会 準備コース	★南魚沼郡市小学校親善水泳大会に出場する小学5、6年生 ★先着30人	小学校親善水泳大会に向けて、集中レッスンを行います。	全3回	900円		1,800円	キャップの色 【指定なし】 ※開始時間までに着替えを済ませ、プールサイドにお集まりください。

～チャレンジコース～

★自分のできるを試してみよう★

	教室名 (時間)	対象者 (定員)	内 容 (注意点及びお願い)	期間 回数	受講料		主な注意事項
					会 員	一 般	
チャレンジスイミング	親子コース (12:00～13:00) 毎週 土曜日	★集団での教室受講が苦手な方。 ★障がいがある方は、主治医・かかりつけ医より参加を認められた方 (新規参加者は、医師の診断書が必要です)。 ★自分で排泄の意思表示ができるか、または保護者が同伴し排泄の意思確認ができる方。 ★自分で着替えができるか、または付添者が同伴して着替えができる方。		(5月～10月) 全16回 (8月はお休み)	無 料 ※幼児参加者は1,020円	参加区分により、 4,110円 ～7,200円	詳しくは、 教室要項及び 申込書をご 覧ください。
	個人コース (12:00～13:00) 毎週 土曜日	★親子コース (小学生以下) は、必ず保護者が同伴できる方 (ただし、中学生以上の参加者であっても障がい状況によっては、保護者の同伴をお願いする場合があります)。 ★定員：20人 用意するもの： 水着・みどり色のキャップ・タオル・水中ゴーグル ※プール利用料が別途必要です…傷害者手帳をお持ちの方は、1回券・定期券が通常料金の半額となります。					

3才の子どもからリズム感をやしないます。腰やひざなどの関節の痛みに困っている人へ、世界初の小さなボールを関節面にあて、痛みの軽減ができるエクササイズです。是非体験してください。

M・J・S
ミュージカル
ジャズダンススタジオ

2,000円の体験レッスンを**無料体験!**
(お一人様1回限り)

〒949-6680 南魚沼市六日町105-2F
TEL 080-3451-5261

夢が叶うウェディングにこだわる二人のスタイルが叶う結婚式
地元の素材を大事に味にこだわり! お客様の満足をお求めするご宴会!

金誠館 グレースコートホテル
チャペル教会挙式プレゼント
ご宴会時にお好きな飲み物を
ボトル1本サービス(10名様以上)

金誠館
〒949-6611 南魚沼市坂戸1-12
TEL 025-772-2377 FAX 025-773-3039
http://www.kinsekkan.jp/ http://www.realis.co.jp/ E-mail info@realis.co.jp

お得なサービスDAY
毎週 水・金 シルバーDAY
木 レディースDAY
土・日・祝 早割りDAY
(AM10時までにお受け)

Sound Bowl
サウンドボウル
六日町店
貸しシューズ代 無料

〒949-6680 南魚沼市六日町809-4
TEL 025-770-2611 FAX 025-770-2622
http://www.sound-bowl.net/ruikamachi/
営業時間 9:00～23:00(全日) 定休日なし

中華、洋食の手造り料理のお店です。

洋食と中華料理のお店
レストラン **きりん**

1,000円以上のお食事の方
ソフトドリンクサービス

〒949-7101 南魚沼市五日町2234-1
TEL/FAX 025-776-2460
営業時間 11:00～14:30 17:00～20:30 定休日 火曜日

～大人の泳教室～

★初心者から上級者まで、年齢や性別に関係なく誰でも参加可能★

	対 象 者 (定 員)	内 容	期 間 回 数	受 講 料		主 注 意 事 項 詳しくは、各教室要項及び 申込書をご覧ください。
				会 員	一 般	
大 人 の 水 泳 教 室	レディース L火 (11:00～12:00) 毎週 火曜日	★16歳以上の女性 ★泳力：不問 ★定員：各30人 ※最少催行人数10人	第1期 (4月～7月) 全13回	新 規 無 料	2教室目から 4,110円	※体調管理は各自で 行い、最高血圧が 150以上ある場合や、 体調が優れない場 合は運動を中止し ましょう。 ※通院されている方 は、医師の許可を 得て参加すること をお勧めします。 ★L火及びL木の入場 は、教室開始の 10分前にご案内 します。 受付を済ませ、案 内があるまでロビ ーでお待ちくださ い。 ★F水・F金・S水は、 教室開始時間ま でにプールサイド にお集まりくださ い。 ★教室時間は、各種 準備や体操を含め た時間です。
	レディース L木 (11:00～12:00) 毎週 木曜日					
	一 般 F水 (19:00～20:00) 毎週 水曜日	★中学生以上 ★泳力：不問 ★定員：30人 ※最少催行人数10人	第2期 (9月～12月) 全13回	新 規 無 料 再受講 4,110円	2教室目から 3,080円	
	一 般 F金 (13:00～14:30) 毎週 金曜日	★16歳以上 ★泳力：4泳法 泳げる方 ★定員：15人 ※最少催行人数6人	第3期 (1月～3月) 全10回	新 規 無 料 再受講 3,080円		
	インストラクター養成 I火 (19:00～20:00) 火曜日	詳しくは、 教室要項及び申込書をご覧ください。		6月～10月 (全10回)	1,000円	

～アクアエクササイズ・水中歩行コース～

★膝・腰に負担がかからず思いっきり運動できる・シェイプアップしたい方におすすめ★

	教 室 名 (時 間)	対 象 者 (定 員)	内 容	期 間 回 数	受 講 料		主 注 意 事 項 詳しくは、各教室要項及び 申込書をご覧ください。
					会 員	一 般	
エン ジ ョ イ ア ク ア	E火 (20:10～21:00) 毎週 火曜日	★16歳以上 ★定員：E火20人 E水40人 e木20人 ※最少催行人数12人	軽快なリズムに 合わせて行う 水中運動です。 泳ぎが苦手な方 も安心して運動 ができます。 腰痛・肩こり 解消や予防にも。	第1期 (4月～7月) 全13回 (E火・e木 のみ10回)	新 規 無 料	2教室目から 4,110円	※体調管理は各自で 行い最高血圧が 150以上ある場合や、 体調が優れない場 合は運動を中止し ましょ。 ※通院されている方 は、医師の許可を 得て参加すること をお勧めします。 ★E水及びH金の入場 は、教室開始の10 分前にご案内しま す。 受付を済ませ、案 内があるまでロビ ーでお待ちくださ い。 ★E火及びe木は、 教室開始時間ま でにプールサイド にお集まりくださ い。 ★教室時間は、各種 準備や体操を含め た時間です。
ア ク ア エ ク サ イ ズ	E水 (11:10～12:00) 毎週 水曜日			第2期 (9月～12月) 全13回 (E火・e木 のみ10回)	新 規 無 料 再受講 4,110円 E火再受講 3,080円 e木再受講 2,050円	2教室目がE火 3,080円 2教室目がe木 2,050円	
	e木 (14:20～14:50) 毎週 木曜日			第3期 (1月～3月) 全10回	新 規 無 料 再受講 3,080円 e木再受講 2,050円	2教室目から 3,080円 2教室目がe木 2,050円	
水 中 歩 行	H金 (11:00～12:00) 毎週 金曜日	★16歳以上 ★定員：30人 ※最少催行人数18人	全身に水の抵抗を 受けて運動するこ とで、体力アップ を図ります。				

「自家製魚沼産コシヒカリ」打ち立て自家製そば
「地場産野菜、山菜が主役」一口食べれば、あなたの
懐かしいふるさとの味になること間違いなしです。

上田の郷 (ういたのさと)

お食事代・体験代から10%割引

〒949-6545 南魚沼市長崎2970-1
TEL/FAX 025-782-1197 E-mail uedanosato@ab-net.jp
http://uedanosato.com/
営業時間 10:00～15:00 定休日 水曜日

初心者からベテランまで、安心・安全
みんなにやさしいスキー場です。

五日町スキー場

初心者アルペンスキー教室をバックアップ!

〒949-7104 南魚沼市寺尾1448番地
TEL 025-776-2132 FAX 025-776-2506
http://www.itsukamachi.jp

営業時間 火～金 9:00～17:00/土・日 祝 8:30～17:00
ナイター 金・土 祝前日 17:00～20:45
定休日 原則 月曜日

お友達と気軽にランチにご家族のお祝い事に、
会社の忘年会・歓送迎会等、ご利用お待ちしております。

湯里豊登 越後 六日町温泉 旬彩の庄 坂力城

日帰り入浴 1,000円 → 500円(半額サービス)
入浴不可の時間帯もございませますので事前にお問い合わせくださいませ

〒949-6611 南魚沼市坂戸292-4
TEL 025-773-3333 FAX 025-772-2343
http://www.sakadojo.com/ E-mail front@sakadojo.com
営業時間 終日 不定休

子育てのついでに「お楽しみ」

学校法人 金城学園
幼稚園認定こども園
金城幼稚園・保育園
南魚沼市坂戸1393-1
TEL 025-782-0608

社会福祉法人 若葉会

保育所認定こども園 わかば保育園
南魚沼市坂戸1328-2 TEL 025-778-2575
南魚沼市坂戸06-05-2 TEL 025-778-2038

小規模保育所 わかば保育園
南魚沼市坂戸1329-12 TEL 025-778-2022
南魚沼市坂戸1393-21 TEL 025-778-5163

ゆきつばき
ゆきつばき
ゆきつばき
ゆきつばき

http://www.kinjou.ac.jp/ Email info@kinjou.ac.jp

ジュニアスポーツクラブのご案内

子どもたちの秘められた可能性、
スポーツを通じて開花させてみませんか？
健全育成を目的として、下記のクラブが
スポパラに加盟して、活動しています。

Q.ジュニアスポーツクラブって何…？

A. 市内各所で活動する各種競技クラブです！

ジュニアスポーツクラブは小・中学生なら、参加可能なスポーツクラブです。
年会費1,540円で複数のクラブに参加が可能です。また、ジュニアスポーツクラブ会員もスポパラ会員と同様、様々な特典が受けられます。指定の申し込み用紙に必要事項をご記入の上年会費1,540円を添えてディスポート南魚沼フロントへお申し込みください。
申し込み用紙は各学校を通じて配布いたします（ディスポート南魚沼にも設置してあります）。
スポパラ年会費の他にクラブ活動費が別途必要です。クラブ活動費は各クラブによって異なります。



平成31年度は19種目58クラブが
スポパラに加盟しています。

種目	クラブ名	主な会場	募集対象	種目	クラブ名	主な会場	募集対象	
野球	ROKUSHO	六日町小学校	小1～小6	サッカー	六日町ジュニアサッカークラブ	二日町体育館 北辰小学校 大原運動公園	小1～小6	
	北辰	北辰小学校	小3～小6 (小2以下相談)		塩沢サッカー少年団	塩沢小学校 塩沢中学校		
	五十沢ヤングバース	五十沢小学校	小2～小6		FCRT八海	研修道場こもれび 八海中学校		
	城内ヤングシャークス	城内小学校	小1～小6	バレーボール	六日町ジュニアバレーボールクラブ	六日町中学校	小2～小6 (男女)	
	塩沢ベアーズ	塩沢小学校	塩沢小1・2		塩沢ジュニアバレーボールクラブ	塩沢中学校	小2～小6	
	塩沢ヤッターズ	塩沢勤労者体育センター	小3		大和ジュニアバレーボールクラブ	浦佐小学校 大崎小学校 大和中学校	小2～小5	
	塩沢ヤンチャーズ	塩沢公民館	塩沢小4～6		バスケットボール	南魚沼ミニバスクラブ (六日町男子)	六日町小学校	小1～小6 (男子)
	上関ファイターズ	上関小学校	小2～小6			南魚沼ミニバスクラブ (塩沢男子)	塩沢小学校	
	石打スワローズ	石打小学校	(小1応相談)			南魚沼ミニバスクラブ (女子)	六日町小学校 塩沢小学校 二日町体育館	小1～小6 (女子)
	中之島ジュニアイーグルス	中之島小学校	小1～小6			大和少年少女バスケットボールクラブ	浦佐小学校 大崎小学校	小1～小6
	第一上田ジャガーズ	第一上田小学校		陸上競技	南魚沼市ジュニアアスレチッククラブ	六日町高校	小3～小6	
	第二上田ヤングタイガース	第二上田小学校			クロスカントリー	南魚沼ジュニアレーシングクラブ	欠之上クロスカントリー施設	小2～中3
	ヤンキース	国際大学 浦佐小学校			ジャンプ	南魚沼ジャンプ少年団	塩沢小学校 五日町ジャンツェ	小1～中3
	藪神ピクトリーズ	藪神小学校	フリースタイル	石打ジュニアフリースタイルスキークラブ		石打丸山スキー場	小3～中3	
東フェニックス	三用小学校 赤石小学校	競技スキー		アルペン	六日町ジュニアスキークラブ	ムイカスノーリゾート 八海山スキー場	小1～中3 (一人で滑れること)	
剣道	六日町剣友会		六日町小学校		スノーボード	五日町ジュニアスキークラブ	五日町スキー場	小1～中3
	五十沢剣道クラブ		旧五十沢中学校			石打ジュニアスキークラブ	石打丸山スキー場	小3～中3
	五日町剣友会		おおまき小学校			舞子高原ジュニアスキークラブ	舞子スノーリゾート	小3～中3 (中之島小児童のみ)
	大和童剣士会		大和中学校			塩沢スキージュニア	シャトー塩沢スキー場	小3～小6 (小2以下相談)
柔道	六日町柔道クラブ		六日町高校	八海山麓ジュニアスキークラブ	八海山麓スキー場	小1～中3		
	城内少年柔道クラブ		八海中学校	上越国際ジュニアスキークラブ	上越国際スキー場			
	塩沢柔道クラブ志天会		塩沢中学校	上越国際ジュニアスノーボードクラブ	上越国際スキー場	小1～中3		
空手	五空会		五十沢小学校 五十沢開発センター	石打ジュニアスノーボードクラブ	石打丸山スキー場	小3～中3		
	塩沢空手道会		塩沢公民館	上越国際ジュニアスノーボードクラブ	上越国際スキー場	小1～中3		
すもう	雪国すもうクラブ	六日町小学校	上越国際ジュニアスノーボードクラブ	石打丸山スキー場	小3～中3			
レスリング	八海レスリングクラブ	八海高校						
スケートボード	南魚沼ジュニアスケートボードクラブ	小栗山 サンスポーツランド						
ソフトテニス	南魚沼ジュニアソフトテニスクラブ	北辰小学校						
硬式テニス	六日町ジュニアテニスクラブ(小学生)	余川アリコテニスコート						
	塩沢ジュニアテニスクラブ(小学生)	大原運動公園						
	南魚沼市ジュニアテニスクラブ(中学生)	余川アリコテニスコート 大原運動公園	中1～中3					
バドミントン	こぼどクラブM	二日町体育館						
	こぼどクラブS	塩沢小学校 二日町体育館	小1～中3					
	こぼどクラブY	B&G体育館 二日町体育館						

※詳細は、ジュニアスポーツクラブ員募集要項・申込書をご覧ください。

現日本オリンピック委員会強化スタッフが院長の
鍼灸治療院です。

一鍼一灸堂
大塚鍼灸治療院

会員様特典はお問い合わせください。

〒949-6615 南魚沼市西栗田85-1
https://otsuka-shinkyu.com/
TEL 025-772-4411 営業時間 9:00～20:00
定休日 水曜日のみ(含福・大会帯同業務等で休診あり)

ふとん丸洗い専門店

クリーニングショップ **新佳和家**

寝具のクリーニング代金 **20%割引**

〒949-7141 南魚沼市青木新田741
TEL 025-776-3811 FAX 025-776-3833
http://www.8.plala.or.jp/yumepara/shinkawaya/
E-mail cleansoran@apost.plala.or.jp
営業時間 平日9:00～17:00 祝休日10:00～16:00 定休日 火曜日

平成31年度スポパラ会員証

南魚沼スポーツパラダイス
HANEYO SPORTS PARADISE

31 南魚沼市 五塚
個人会員 2025 男性

※会員証イメージです。

特典はホームページでもご覧いただけます。
URL: <http://www.6bun.jp/spopara/>

平成31年度
スポパラ協賛店募集中!!

地域の皆様の健康づくり、
スポーツ活動を応援して
いただける企業・店舗を
募集しています。

※詳しくはスポパラ事務局（ディスポート南魚沼）まで