

1. 開催教室

教室名	曜日	開催場所	開催時間	参加対象	定員	教室開催日	回数	講師	教室内容
生涯スポーツ競技で楽しく無理なく運動不足解消！ 卓球教室	木	スポーツセンター 小体育館	10:00～11:30	一般	20	1/18・25・2/1 2/8・15・22	6回	高橋 幸子 (紋別市スポーツ推進委員)	初心者の方には、ルールやラケットの持ち方から講師がわかりやすく説明！また、経験者や卓球をやりたくても相手がいないなどといった方にもおすすめな教室です。
身体への負担も少なく、初めての方でも気軽に始められる！ ソフトテニス教室	木	そよかぜほーる アリーナ	19:00～20:30	中学生以上	20	1/18・25・2/1 2/8・15・22	6回	紋別ソフトテニス協会	柔らかいゴム製のボールを使うため、老若男女問わず楽しめるスポーツです。ルール、ラケットの握り方やスマッシュ、フットワーク等といった基礎を学びながら健康な体づくりを目指しましょう。
ボールを使って楽しく体を動かして、ボール運動になれよう！ バドミントン	土	そよかぜほーる アリーナ	10:00～11:00	年小～年長	20	1/20・27・2/10 2/17・24・3/2	6回	永井 正度 (紋別市スポーツ協会職員) 永倉 博之 (紋別市スポーツ協会職員)	いろいろなボールを使って遊びながら、集団でのコミュニケーション能力や考える力を養い、ボール運動の楽しさを体感しましょう。
新しい楽しみが増え、心も体もリフレッシュ！ ボウリング教室	木	ローヤルボウル	18:30～20:00	小学生以上	20	1/18・25・2/1 2/8・15・22	6回	紋別市ボウリング協会	ボウリング協会講師による指導で、投げ方や戦略を学びスコアアップ！また、誰でも気軽にできるスポーツなので日頃の運動不足にお悩みの方にもおすすめです！

2. 申込方法

スポーツセンター窓口またはお電話にて申込下さい。

3. 申込期間

令和5年12月16日（土）～令和6年1月14日（日）まで

※ただし、各教室定員になり次第締め切らせていただきますが、定員になっていない教室については、途中からの参加も可能です。

また、参加者が3名未満の場合は中止となりますので、予めご了承ください。



4. 参加料

各教室 1,500円（保険料込） ※途中からの参加についても、参加料は変わりませんので予めご了承下さい。

5. 施設利用料

教室の際にはその都度、施設利用料がかかります。

◆スポーツセンター 一般・学生・・・120円 / 高校生・・・・・・100円 / 小中学生・・・50円
幼児・・・・・・無料

◆そよかぜほーる 一般・学生・・・70円 / 65歳以上・高校生・・・50円 / 小中学生・・・30円
幼児・・・・・・無料

◆ローヤルボウル 一般・学生・・・1,000円 / 高校生以下・・・800円

※ボウリング教室につきましては、都度上記の利用料がかかります（利用料及び貸し靴代）。



6. その他

◆各教室、運動のできる服装（ジャージ・トレーニングウェア等）、運動靴でご参加下さい。

◆卓球教室につきましては、ラケットをお持ちで無い方は無料で貸出しますので申込時にお申し出下さい。

※また、諸事情により、教室が延期・中止となる場合もございますので予めご了承ください。



7. お問い合わせ先

NPO法人 紋別市スポーツ協会

紋別市南が丘町7丁目47番1号スポーツセンター内

TEL(0158)24-7016 FAX(0158)23-7011