

前橋市スポーツ教室インフォメーション

2020  
th

INFORMATION of  
SPORTS CLASS

in MAEBASHI

元気で楽しいスポーツ教室



公益財団法人  
前橋市まちづくり公社

# 続ける理由が、ありすぎる。

- ✓ 乳酸菌 シロタ株が400億個  
※1本80ml当たり
- ✓ 生きて腸にとどく
- ✓ 良い菌を増やす
- ✓ 悪い菌を減らす
- ✓ 腸内環境を改善する
- ✓ おなかの調子を整える
- ✓ 特定保健用食品



ヤクルト400に比べ  
甘さひかえめ  
カロリー  
30%カット

## ヤクルト400

[許可表示] 生きてそのまま腸内に到達する乳酸菌シロタ株(L.カゼイ YIT 9029)の働きで、良い菌を増やし悪い菌を減らして、腸内の環境を改善し、おなかの調子を整えます。



○1日当たりの摂取目安量：1本 ○食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

ヤクルト400/ヤクルト400LTはヤクルトスタッフがお届けしています。

●ヤクルト400 [80ml] 80円(税別) ●ヤクルト400LT [80ml] 80円(税別) ※価格はメーカー希望小売価格です。

お問合せ・お申し込みは

群馬ヤクルト販売株式会社

前橋市高井町1-7-1

フリーコール 0800-700-8960

受付時間/9:00~17:00  
(土・日曜日・祝日は除く)

# スポーツ教室のご案内

前橋市まちづくり公社では、市内にある市有スポーツ施設の特徴を生かし、初めてスポーツをされる方や再開される方など、幼児から高年者まで幅広い年齢層を対象としたスポーツ教室を開設しております。皆様の健康づくりや運動不足などの解消にお役立ていただけるよう、各施設の開設予定のスポーツ教室を掲載しましたのでご活用ください。

## 【募集から教室受講までの流れ】

<b>募集方法</b>	「広報まえばし」に掲載して、参加者を募集いたします。
<b>申込資格</b>	市内在住・在勤及び在学の方。ただし、定員に満たない場合は、市外の方も受付いたします。
<b>申込開始</b>	各教室の募集が掲載された広報の発行日から、申し込みを受け付けます。
<b>申込方法</b>	郵便（往復ハガキ）でお申込みください。 ※往復ハガキ1通で、1教室の申し込みとなります。
<b>往復ハガキの記入方法</b>	往信ハガキに希望する教室名、曜日、時間、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、返信ハガキに申込者の宛名と住所を記入の上、投函してください。 ※返信ハガキの裏面には何も書かないでください。
<b>申込締切</b>	各申込締切日に必着となりますので、早めの投函をお願いします。
<b>受講の可否</b>	定員を超えた場合は抽選（主催者による抽選とさせていただきます）を行い返信ハガキにてお知らせいたします。なお、キャンセルが出た際は、落選者の中より再抽選を行い当選の方に電話連絡をいたします。
<b>受講手続き</b>	ハガキ裏面の申込書を記入して、教室初日（水泳教室を除く）に参加料とともに提出してください。 ※キャンセルの場合は、早めにご連絡をお願いします。 ※教室初日に来られない場合は、2回目以降の受講日に受講手続きを行ってください。 ※欠席の連絡は不要です。 ※受付日・参加料等は、返信されたハガキでご確認してください。

## ◆教室のお問い合わせ先◆

### ヤマト市民体育館前橋

G スポーツ前橋市民プール、王山運動場  
G スポーツ三俣テニスコート、コーエイ前橋フットボールセンター

☎027 (265)0900

<http://www.maebashi-cc.or.jp/shimintaiku/>

### 大渡温水プール・トレーニングセンター

☎027 (253)7811

<http://www.maebashi-cc.or.jp/ohwataripool/>

### 六供温水プール

☎027 (243)1308

<http://www.maebashi-cc.or.jp/rockonsuipool/>

### 前橋総合運動公園

グレースイン前橋市民球場、群馬電工陸上競技・サッカー場  
G スポーツテニスコート

☎027 (268)1911

<http://www.maebashi-cc.or.jp/maebashiundohkohen/>

### 宮城体育館

☎027 (283)8735

<http://www.maebashi-cc.or.jp/tohbutiku/>

■記載されているスポーツ教室は予定です。施設の都合により変更する場合がありますので必ず毎月1日・15日に発行する広報まえばしまたは公社ホームページ等でご確認ください。詳細についてはお気軽に各施設へお問い合わせください。

## 注意事項

- (1) 健康に不安のある方は、医師と相談の上お申し込みください。
- (2) お子様連れの参加はご遠慮ください。
- (3) 教室開始後の参加料の返金はできませんので、ご了承ください。
- (4) 開催日時・指導者は、都合により変更になる場合がございます。
- (5) お申し込み時にいただいた個人情報は、「前橋市個人情報保護条例」を遵守し、スポーツ教室の目的以外には使用いたしません。
- (6) 写真撮影などが行われる場合がありますので、ご了承ください。撮影した素材は当公社HP・報告書などの目的において使用する場合がございます。
- (7) 台風、地震等の自然災害及び火災、停電、その他の不可抗力による事故が発生し、教室が中止となった場合、参加料の返金は出来ませんので、ご了承ください。
- (8) 記載されているスポーツ教室は予定です。施設の都合により変更する場合があります。

# 1 ヤマト市民体育館前橋

No.1

上佐鳥町 460-7 (前橋工科大隣)

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
バドミントン (午前)	3,400円	(中学生以下を除く)	40人	5月12日～6月9日	10:00～11:30	火・木	8	4月1日号	前橋市 バドミントン 協会
				9月24日～10月22日				8月15日号	
				1月7日～3月2日				12月1日号	
バドミントン (夜間)	3,400円	(中学生以下を除く)	40人	6月11日～7月7日	19:00～20:30	火・木	8	5月1日号	前橋市バドミントン協会
				11月5日～12月3日				10月1日号	
				2月25日～3月23日				1月15日号	
小学生バドミントン	900円	小学3年～6年生	40人	8月4日～8月7日	18:30～20:30	毎日	4	7月1日号	前橋市バドミントン協会
卓球	3,400円	どなたでも (中学生以下を除く)	20人	4月22日～6月5日	9:30～11:30	水・金	8	4月1日号	前橋市 卓球協会
				9月2日～10月7日				8月1日号	
				1月6日～2月10日				12月1日号	
新卓球 (ラージボール)	3,400円	どなたでも (中学生以下を除く)	20人	6月19日～7月15日	9:30～11:30	水・金	8	5月15日号	前橋市 卓球協会
				10月30日～11月27日				10月1日号	
				2月17日～3月24日				1月15日号	
小学生卓球	1,700円	小学生	20人	4月8日～6月10日	19:00～21:00	水	4	3月1日号	前橋市卓球協会
				8月26日～10月21日				8月1日号	
				1月13日～3月10日				12月1日号	
トランポリン	900円	小・中学生	20人	6月17日～7月8日	19:00～21:00	水	4	5月15日号	県トランポリン協会前橋支部
				11月4日～11月25日				10月1日号	
柔道	500円	中学生	100人	5月16日・23日	9:00～16:00	土	2	4月15日号	県柔道連盟前橋支部
弓道	3,400円	初心者 (中学生以下を除く)	30人	6月2日～6月25日	19:00～21:00	火・木	8	5月1日号	県弓道連盟前橋支部
空手道	大人 2,200円 小人 1,100円	どなたでも (小学1年生以上)	30人	5月12日～6月9日	19:00～21:00	火	5	4月1日号	前橋市 空手道連盟
フォークダンス	3,400円	どなたでも (中学生以下を除く)	30人	5月13日～7月1日	9:30～11:30	水	8	4月15日号	前橋市フォークダンス協会
レスリング	700円	年中～小学生	100人	2月27日～3月13日	10:00～12:00	土	3	1月15日号	市レスリング協会
スポーツ吹矢	大人 2,200円 小人 1,100円	初心者 (小学生以上)	20人	9月16日～10月21日	19:00～21:00	水	5	8月15日号	スポーツウェルネス吹矢協会前橋支部
ダイエット トレーニング	4,200円	女性の方 (中学生以下を除く)	40人	5月12日～7月14日	10:00～11:00	火	10	4月15日号	塩谷直子
				9月1日～11月17日				8月1日号	
				1月5日～3月23日				12月1日号	
健康たいそう	4,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	4月16日～6月25日	10:00～11:00	木	10	3月15日号	須永麻子
				9月3日～11月5日				8月1日号	
				1月7日～3月18日				12月1日号	
室内サッカー	1,700円	小学1～2年生	30人	4月8日～6月24日	17:00～18:00	水	8	3月1日号	市サッカー協会
				9月30日～11月25日				9月1日号	

## 2020年東京 オリンピック パラリンピック

**ハンガリー国**  
柔道 レスリング

**ベラルーシ**  
トランポリン

事前キ

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
のびのびストレッチ	4,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	4月8日～6月24日	10:00～11:10	水	10	3月1日号	尾関真美
				9月2日～11月11日				8月1日号	
				1月13日～3月17日				12月1日号	
				4月24日～6月26日				3月15日号	
				9月4日～11月6日				8月1日号	
				1月15日～3月26日				12月1日号	
幼児体育	2,100円	5・6歳児 (年中・年長)	30人	5月13日～7月15日	16:30～17:30	水	10	4月15日号	井上美鈴 伊藤純子
				9月2日～11月11日				8月1日号	
				1月13日～3月17日				12月1日号	
				5月15日～7月17日				4月15日号	
				9月4日～11月6日				8月1日号	
				1月15日～3月26日				12月1日号	
エアロビクス	4,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	5月8日～7月10日	10:00～11:00	金	10	4月1日号	小林浩子
				9月4日～11月6日				8月1日号	
				1月15日～3月26日				12月1日号	
ZUMBA (ズンバ)	4,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	5月14日～7月16日	19:00～20:00	木	10	4月15日号	加藤聖美
				9月3日～11月5日				8月1日号	
				1月7日～3月18日				12月1日号	
キッズビクス	2,100円	幼児年長、 小学1・2年生	40人	5月14日～7月16日	17:00～18:00	木	10	4月15日号	鈴木清美
				9月3日～11月5日				8月1日号	
24式太極拳後半	4,200円	経験者 (中学生以下を除く)	40人	5月13日～7月15日	13:30～15:00	水	10	4月15日号	矢島淑江
				9月2日～11月11日				8月1日号	
				1月13日～3月17日				12月1日号	
太極拳	4,200円	初心者 (中学生以下を除く)	60人	4月9日～6月25日	10:00～11:30	木	10	3月1日号	堀米秀夫
				9月10日～11月19日				8月1日号	
				1月7日～3月18日				12月1日号	
		経験者 (中学生以下を除く)	60人	4月21日～6月30日	10:00～11:30	火	10	3月15日号	小山晶子
				9月8日～12月8日				8月1日号	
				12月15日～3月16日				11月15日号	
初心者 (中学生以下を除く)	60人	5月12日～7月14日	13:30～15:00	火	10	4月1日号	堀米秀夫		
		9月1日～11月17日				8月1日号			
		1月5日～3月23日				12月1日号			
リフレッシュヨーガ	4,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	60人	4月14日～6月23日	10:00～11:00	火	10	3月15日号	中村和子
				9月1日～11月17日				8月1日号	
				1月5日～3月23日				12月1日号	
ヨガ	4,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	4月24日～6月26日	13:30～14:30	金	10	3月15日号	細井美紀
				9月4日～11月6日				8月1日号	
				1月15日～3月26日				12月1日号	
アロマフィットネス	4,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	4月8日～6月24日	13:30～14:30	水	10	3月1日号	尾関真美
				9月2日～11月11日				8月1日号	
				1月13日～3月17日				12月1日号	
ビューティー エクササイズ	4,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	60人	4月14日～6月23日	13:30～14:30	火	10	3月15日号	丸山 恵
				9月1日～11月17日				8月1日号	
				1月5日～3月23日				12月1日号	
ピラティス (午後)	4,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	60人	4月16日～6月25日	13:30～14:30	木	10	3月15日号	細井美紀
				9月3日～11月5日				8月1日号	
				1月7日～3月18日				12月1日号	
ピラティス (夜間)	4,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	60人	4月14日～6月23日	19:30～20:30	火	10	3月15日号	中村和子
				9月1日～11月17日				8月1日号	
コンディショニング & ストレッチ	4,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	5月14日～7月16日	10:00～11:00	木	10	4月15日号	尾関真美
				9月3日～11月5日				8月1日号	
ラジオ体操指導者 講習会	無料	地区子供育成会役員		7月9日	18:30～20:30	木	1	6月1日号	

 **ルーマニア共和国**
 **コロンビア共和国**
 **南スーダン共和国**

**パラリンピック競技**

**陸上**

**チャンプ地に決定**

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師	
水泳 ※中級・バタフライを除き、全て初級者講習	A	バタフライ (クロール 50 m以上泳げる方)	30人	5月11日～6月29日	12:30～13:40	月	8回	3月15日号	前橋市 水泳協会 推薦	
	B1	高齢者 (50歳以上)	30人	10月5日～11月30日	14:00～15:10			8月15日号		
	C	年長～小学2年生	40人		15:40～16:40			11月15日号		
	D	小学生 (1～6年)	50人	1月18日～3月8日	17:00～18:10					
	A	大人 2,200円と別途施設使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	30人	5月12日～6月30日	12:30～13:40	火	8回		3月15日号
	B1	高齢者 (50歳以上)	30人	10月6日～12月1日	14:00～15:10	8月15日号				
	C	年長～小学2年生	40人		15:40～16:40	11月15日号				
	D	親子 2,200円と別途施設使用料	小学生 (1～6年)	50人	1月19日～3月16日	17:00～18:10				
	A	親子 2,200円と別途施設使用料	平泳ぎ: どなたでも (中学生以下を除く)	30人	5月13日～7月1日	12:30～13:40	水	8回		3月15日号
	B2	女性 (中学生以下を除く)	30人	10月7日～12月2日	14:00～15:10	8月15日号				
	C	小人 1,100円と別途施設使用料	年長～小学2年生		40人	15:40～16:40				11月15日号
	D	小学生 (1～6年)	50人	1月20日～3月10日	17:00～18:10					
	E	どなたでも (中学生以下を除く)	30人	1月20日～3月10日	18:30～19:40					
	A	どなたでも (中学生以下を除く)	30人	5月8日～6月26日	12:30～13:40	金	8回	3月15日号		
	B3	親子 (3歳から年中児童と親)	10組	10月2日～11月20日	14:00～15:10			8月15日号		
	B4	中級者 (4種目各 25 m以上泳げる方)	30人		14:00～15:10			11月15日号		
C	年長～小学2年生	40人	1月15日～3月12日	15:40～16:40						
D	小学生 (1～6年)	50人	1月15日～3月12日	17:00～18:10						
小学生水泳 (土曜)	1,100円と別途施設使用料	小学生 (1～6年)	50人	5月9日～6月27日	10:30～11:40	土	8回	3月15日号		
				10月3日～11月21日				8月15日号		
				1月16日～3月6日				11月15日号		
健康温水プール浴	2,200円と別途施設使用料	50歳以上の健康な方	30人	5月11日～6月29日	10:20～11:20	月	8回	4月1日号		
				10月5日～11月30日				9月1日号		
				1月18日～3月8日				12月1日号		
アクアビクス	2,200円と別途施設使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	30人	5月12日～6月30日	10:20～11:20	火	8回	4月1日号		
				10月6日～12月1日				9月1日号		
				1月12日～3月9日				12月1日号		
				5月8日～6月26日				4月1日号		
				10月2日～11月20日				9月1日号		
				1月15日～3月12日				12月1日号		
エアロビクス	2,200円と別途施設使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	4月13日～6月22日	10:30～11:30	月	10回	3月1日号		
				7月6日～9月28日				6月1日号		
				10月5日～12月14日				9月1日号		
				1月18日～3月22日				12月1日号		

**各種スポーツ競技の会場設営から  
大会運営・マラソン大会などの記録計測も  
強力サポート!**



**全ての参加者に走る喜びを伝えます!**

イベント企画、施工、  
運営から各種レンタル  
お任せ下さい!!



**コエイ株式会社**  
イベント総合プロデュース



お問い合わせ先 / E-C事業本部 TEL(027)-289-0128  
<http://www.koei-corp.jp/>



コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
ベリーダンス	2,200円 と別途施設 使用料	女性初心者（中学生以下を除く）	30人	4月13日～6月22日	19:00～20:00	月	10回	3月1日号	小川清子
				7月6日～9月28日				6月1日号	
				10月5日～12月14日				9月1日号	
				1月18日～3月22日				12月1日号	
太極拳	2,200円 と別途施設 使用料	どなたでも（中学生以下を除く）	30人	4月7日～6月23日	13:30～15:00	火	10回	3月1日号	登丸道子
				7月7日～9月29日	6月1日号				
				10月6日～12月15日	9月1日号				
				1月5日～3月16日	12月1日号				
ヨガ	2,200円 と別途施設 使用料	どなたでも（中学生以下を除く）	40人	4月7日～6月23日	10:30～12:00	火	10回	3月1日号	本多春美
				7月7日～9月29日				6月1日号	
				10月6日～12月15日				9月1日号	
				1月5日～3月16日				12月1日号	
				4月8日～7月1日	10:30～12:00	水	10回	3月1日号	
				7月8日～9月23日				6月1日号	
				10月7日～12月16日				9月1日号	
				1月6日～3月10日				12月1日号	
				4月10日～6月12日	13:30～15:00	金	10回	3月1日号	
				7月3日～9月18日				6月1日号	
				10月2日～12月4日				9月1日号	
				1月8日～3月19日				12月1日号	
				4月11日～6月13日	10:30～12:00	土	10回	3月1日号	
				7月4日～9月12日				6月1日号	
				10月3日～12月5日				9月1日号	
				1月9日～3月13日				12月1日号	
フラダンス	2,200円 と別途施設 使用料	どなたでも（中学生以下を除く）	30人	4月8日～7月1日	13:30～15:00	水	10回	3月1日号	後藤睦美
				7月8日～9月23日				6月1日号	
				10月7日～12月23日				9月1日号	
				1月6日～3月10日				12月1日号	
ジャズヒップ ホップダンス	2,200円 と別途施設 使用料	どなたでも（中学生以下を除く）	30人	4月8日～7月1日	19:00～20:00	水	10回	3月1日号	松崎みどり
				7月8日～9月23日				6月1日号	
				10月7日～12月16日				9月1日号	
				1月6日～3月10日				12月1日号	
コアダンス	2,200円 と別途施設 使用料	どなたでも（中学生以下を除く）	30人	4月10日～6月12日	10:30～11:30	金	10回	3月1日号	塚本純子
				7月3日～9月18日				6月1日号	
				10月2日～12月4日				9月1日号	
				1月8日～3月19日				12月1日号	
ピラティス	2,200円 と別途施設 使用料	どなたでも（中学生以下を除く）	40人	4月10日～6月26日	19:00～20:00	金	10回	3月1日号	中村和子
				7月3日～9月18日				6月1日号	
				10月2日～12月4日				9月1日号	
				1月8日～3月19日				12月1日号	



一般財団法人

前橋市スポーツ協会（前橋市民スポーツ祭問い合わせ先）

〒371-0816 前橋市上佐鳥町460-7（ヤマト市民体育館前橋内）

電話 027-289-0607 FAX 027-265-0027

URL <http://www.maebashi-taikyo.jp/>

# 3 六供温水プール

六供町 1068 (六供清掃工場北)

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師			
温水フィットネス	2,200円 と別途施設 使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	30人	4月7日～6月2日	10:30～11:30	火	8	3月1日	飯塚さやか			
				9月8日～12月15日				8月1日				
				1月5日～3月16日				12月1日				
			30人	4月8日～6月10日				10:30～11:30	水	8	3月1日	山口美奈子
				9月9日～12月9日							8月1日	
				1月6日～3月17日							12月1日	
プールサイドヨガ	2,200円 と別途施設 使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	30人	4月9日～6月11日	10:30～11:30	木	8				3月1日	浅野真樹
				9月10日～12月10日							8月1日	
				1月7日～3月25日							12月1日	
アクアビクス	2,200円 と別途施設 使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	30人	4月10日～6月5日	10:30～11:30	金	8	3月1日	都丸律子			
				9月11日～12月11日				8月1日				
				1月8日～3月19日				12月1日				
初級者水泳	2,200円 と別途施設 使用料	初級者	25人	4月8日～6月10日	11:40～12:50	水	8	3月1日	関 佳子 藤原紀子			
				9月9日～12月9日				8月1日				
アロマ フィットネスヨガ	4,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	50人	4月8日～6月24日	19:00～20:00	水	10	3月1日	佐相文子			
				7月8日～9月16日				6月1日				
				10月7日～12月9日				9月1日				
				1月6日～3月24日				12月1日				
				4月10日～6月19日		金		3月1日	6月1日			
				7月10日～9月25日				9月1日				
				10月9日～12月11日				12月1日				
				1月8日～3月26日				12月1日				
				4月11日～6月20日		土		3月1日	書上麻衣子			
				7月11日～9月19日				6月1日				
				10月10日～12月12日				9月1日				
				1月9日～3月27日				12月1日				
キッズダンス (小学1,2,3年生)	2,100円	小学1～3年	30人	4月10日～6月5日	16:30～17:30	金	8	3月1日	新井靖子			
				10月9日～11月27日				9月1日				
				1月8日～3月12日				12月1日				

ご自宅の些細な修理・改修・清掃等でもご相談ください。  
誠実に対応させていただきます。

## 筑井商会株式会社

代表取締役 筑井 計成

〒371-0025 前橋市紅雲町二丁目18番8号

電話 (027) - 223 - 1808 代表

業務内容 土木一式・建築一式・舗装・解体・リフォーム・その他基本何でもこなします。

# 4 屋外施設

## ① G スポーツ前橋市民プール

上細井町 2192 (市立前橋高校西側)

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
逆上がり	700円	小学1～2年生	20人	11月18日～11月20日	17:00～17:45	水・木・金	3	10月15日号	職員指導
気功	4,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	30人	1月15日～3月19日	13:30～15:00	金	10	12月1日号	矢島 淑江

## ② 王山運動場

総社町 1-8-2

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
陸上	1,000円	小学3～6年生	40人	4月24日～6月26日	17:00～18:00	金	10	4月1日号	前橋市陸上 競技協会
				9月4日～11月27日				8月1日号	

## ③ G スポーツ三俣テニスコート

三俣町 3-1 (東部環状線沿い)

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
ソフトテニス	600円	小学4～中学生	60人	7月11日・12日・18日	9:00～12:00	土・日・土	3	6月15日号	前橋市 ソフトテニス 連盟

## ④ G スポーツ三俣・王山テニスコート

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
三俣・王山テニス	(2020年)4月・5月 (6,000円)	市内在住・ 在勤及び在学者	200人 程度	2020年4月1日～ 2021年3月31日の間	9:00～18:00	平日のみ	-	3月15日号	-
	(2020年)6月・7月 (5,000円)								
	(2020年)8月・9月 (4,000円)								
	(2020年)10月・11月 (3,000円)								
	(2020年)12月 (2021年)1月 (2,000円)								
	(2021年)2月・3月 (1,000円)								
	※中学生以下の登録者は 年間1,000円とする。								

## ⑤ コーエイ前橋フットボールセンター

下増田 277

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
サッカー	2,100円	小学1～2年生	20	4月9日～6月18日	16:45～17:45	木	10	3月15日号	前橋市サッ カー協会
				9月3日～11月5日				8月15日号	

日用品・雑貨・金物卸売  
群馬県前橋市問屋町 1-9-4  
株式会社 高野商店  
TEL027-251-3551 FAX027-251-3552

私たちは企業活動を通じて社会に貢献します。

株式会社 オオタヤ TEL.027-251-5217 〒371-0855 前橋市問屋町1-10-7 <http://www.ootaya.co.jp>

## 群馬電工陸上競技・サッカー場 G スポーツテニスコート

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師	
水 泳	大人 2,200円 と別途施設使用料	初級一般 (中学生以下を除く)	30人	4月13日～6月8日	14:00～15:10	月	8回	3月1日号	前橋市水泳 協会推薦	
		年長～小学2年生	40(30)人	10月5日～11月30日	15:40～16:40			8月15日号		
		小学生(1～6年生)	50(40)人	1月18日～3月8日	17:00～18:10			11月15日号		
		中級一般 (泳力25m以上/中学生以下を除く)	15人	4月15日～6月17日	12:30～13:40	水	8回	3月1日号		
		初級レディース (中学生以下を除く)	30人	10月7日～12月9日	14:00～15:10			8月15日号		
		年長～小学2年生	40(30)人	1月13日～3月10日	15:40～16:40			11月15日号		
	小人 1,100円 と別途施設使用料	初級一般 (中学生以下を除く)	30人	4月16日～6月11日	14:00～15:10	木	8回	3月1日号		
		年長～小学2年生	40(30)人	10月8日～11月26日	15:40～16:40			8月15日号		
		小学生(1～6年生)	50(40)人	1月14日～3月11日	17:00～18:10			11月15日号		
		初級一般 (中学生以下を除く)	15人	4月17日～6月5日	12:30～13:40	金	8回	3月1日号		
		初級一般 (中学生以下を除く)	30人	10月9日～11月27日	14:00～15:10			8月15日号		
		年長～小学2年生	40(30)人	1月15日～3月5日	15:40～16:40			11月15日号		
健康温水 プール浴	2,200円 と別途施設使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	30人	4月16日～6月11日	10:45～11:45	木	8回	3月1日号	飯塚さやか	
				10月15日～12月3日				9月1日号		
				1月14日～3月11日				12月1日号		
アクアビクス	2,200円 と別途施設使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	30人	4月27日～6月22日	10:45～11:45	月	8回	3月1日号	粕川美恵子	
				10月12日～12月7日				9月1日号		
				1月25日～3月15日				12月1日号		
エアロビクス	3,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	4月8日～6月24日	10:30～11:30	水	10回	3月1日号	都丸律子	
				7月8日～9月16日				6月1日号		
				10月7日～12月23日				9月1日号		
				1月13日～3月24日		金	10回	12月1日号		
				4月17日～6月19日				3月1日号		
				7月3日～9月18日				6月1日号		
	10月9日～12月11日	9月1日号								
	1月8日～3月12日	12月1日号								
	ヨ ガ	3,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	60人	4月8日～6月24日	18:45～19:45	水	10回	3月1日号	都丸律子
					7月8日～9月16日				6月1日号	
					10月7日～12月23日				9月1日号	
					1月13日～3月24日		月	10回	12月1日号	
4月13日～6月22日					3月1日号					
6月29日～9月14日					6月1日号					
10月5日～12月14日	9月1日号									
1月18日～3月22日	12月1日号									
やさしいヨガ	3,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	60人	4月9日～6月18日	10:20～11:50	木	10回	3月1日号	粕川美恵子	
				6月25日～9月17日				6月1日号		
				10月8日～12月10日				9月1日号		
				1月7日～3月18日				12月1日号		

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師		
太極拳	3,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	4月9日～6月18日	14:30～16:00 18:30～20:00	木	10回	3月1日号	廣奥一江 堀米秀夫		
				6月25日～9月17日				6月1日号			
				10月8日～12月10日				9月1日号			
				1月7日～3月18日				12月1日号			
ピラティス	3,200円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	4月13日～6月22日	18:30～20:00	月	10回	3月1日号	金子真由美		
				6月29日～9月14日				6月1日号			
				10月5日～12月14日				9月1日号			
				1月18日～3月22日				12月1日号			
テニス	3,700円	初・中級者 (19歳以上)	60人	4月4日～5月9日	10:00～12:00	土	6回	3月1日号	前橋市 テニス協会		
				7月4日～8月8日				6月1日号			
				10月3日～11月7日				9月1日号			
				1月9日～2月13日				12月1日号			
	4,200円	初・中級者 (19歳以上)	30人	4月8日～5月27日	18:45～20:45	水	6回	3月1日号			
				11月6日～11月25日				水・金		6回	10月1日号
				5月28日～6月15日				月・木		6回	5月1日号
				8月27日～9月14日							8月1日号
10月1日～10月19日	9月1日号										
1,900円	小学生(1～6年生)	45人	7月22日～8月12日	10:00～11:30	水・金	6回	6月15日号				
陸上	400円	小学生(1～6年生)	100人	4月11日～4月25日	9:00～11:00	土	3回	3月1日号	前橋市陸上 競技協会		

## 6 宮城体育館

鼻毛石町 1561

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
卓球	500円	中学生	100人	7月28日・29日	9:00～16:00	火・水	2回	7月1日号	市卓球協会
バレーボール	500円	中学生	150人	8月4日・5日	9:00～16:00	火・水	2回	7月1日号	市バレー ボール協会
剣道	500円	中学生	150人	8月17日・18日	9:00～16:00	月・火	2回	7月1日号	県剣道連盟 前橋支部

### 株式会社 ファミリーパートナーズ

私たちは、お客様の信頼と安心を事業活動の原点として、保険事業を通じ  
一生にわたる最適なサービスを提供することにより社会に貢献します。



地域群馬の為に役に立ちたい

- ◆ お車の保険
- ◆ 医療・がん保険
- ◆ お住まいの保険
- ◆ 企業保険
- ◆ 地震保険
- ◆ レジャー保険

ファミリーパートナーズの  
ホームページです



<http://www.familyp.net>

# 7 その他のスポーツ教室・大会

## ① その他のスポーツ教室

(会場) スタビライゼーション講習会／スポーツ婚活…ヤマト市民体育館前橋

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
スタビライゼーション講習会	21,600円	どなたでも (中学生以下を除く)	10人	11月1日	10:00～16:00	日	1	10月15日号	日本スタビライゼーション協会講師

コース	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
スポーツ婚活	25～50歳の独身男女	40人	1月30日	14:00～17:00	土	1	12月15日号	スポーツ振興課職員

コース	費用	会場	定員	期日・時間・曜日・回数	講師
健康チャレンジ	無料	東公民館	40人程度	4月8日・5月13日・6月3日・7月1日・8月5日・9月2日 10月7日・11月4日・12月2日・1月6日・2月3日・3月3日 水曜日 午前10時30分～11時30分 12回	市民体育館職員
		総合福祉会館		4月9日・5月14日・6月4日・7月2日・8月6日・9月3日 10月1日・11月5日・12月3日・1月7日・2月4日・3月4日 木曜日 午前10時30分～11時30分	
		上川淵公民館		4月10日・5月15日・6月19日・7月17日・8月21日・9月18日 10月16日・11月20日・12月18日・1月15日・2月19日・3月19日 金曜日 午前10時30分～11時30分 12回	
		南橋公民館		4月28日・5月26日・6月23日・7月28日・8月25日・9月29日 10月27日・11月10日・12月22日・1月26日・2月9日・3月23日 火曜日 午後2時00分～3時00分 12回	
		永明公民館		4月21日・5月19日・6月16日・7月21日・8月18日・9月15日 10月20日・11月17日・12月15日・1月19日・2月16日・3月16日 火曜日 午後2時00分～3時00分 12回	

## ② スポーツ大会・イベント

大会名	開催日(予定)	種目	会場
前橋・渋川シティマラソン	4月19日(中止)	フル、ペア、5km、ファミリー ほか	楽歩堂前橋公園スタート
赤城山トレイルリレーマラソン	5月23日	3時間耐久リレーマラソン ほか	国立赤城青少年交流の家
あかぎ大沼・白樺マラソン大会	8月30日	20km、10km、5km ほか	赤城山大沼湖畔
まえばし赤城山ヒルクライム大会	9月27日	20.8km 標高差1,313m	前橋市街地から赤城山
前橋シクロクロス大会	10月31日・11月1日	カテゴリー別	前橋市岩神緑地
前橋市民軽スポーツフェスティバル	11月15日	ソフトバレーボール フォークダンス ディスコン	ヤマト市民体育館前橋
		スポーツウエルネス吹矢	サン・アビリティーズ体育館
		グラウンドゴルフ	北部運動場
		インディアカ	宮城体育館
		スポレック	富士見中学校体育館(予定)
前橋ウォーキングジャンボリー	11月23日(祝・月)	18km、10km、5km	楽歩堂前橋公園スタート

※上記大会・イベントについては予定です。事前開催要項・ホームページ等でご確認ください。

# スポーツ教室の内容解説

教室名	対象	内容
幼児体育	5・6歳児 (年中・年長)	発育過程の段階に沿った基本機能を引き出す体操や、マット、跳び箱、ボール、ごっこ遊び等を行います。生まれてから立ち上がるまでを再学習することで動きの基礎を学びます。
逆上がり	小学1・2年生	逆上がり技術の習得を目的としていますが、それ以外にもスポーツの基本となる体力づくりを楽しく行う教室です。
ZUMBA (ズンバ)	どなたでも (中学生以下を除く)	ラテン系の音楽とダンスを融合させたフィットネスエクササイズです。心肺機能を向上させるとともに脂肪を燃焼させる効果が期待できます。
コンディショニング&ストレッチ	どなたでも (中学生以下を除く)	ストレッチを基本に、簡単な有酸素運動を取り入れ身体向上を図ります。
ダイエットトレーニング	女性の方 (中学生以下を除く)	太らない体質改善づくりを目的としたエクササイズです。代謝が活発になり、脂肪が燃えやすい身体づくりをめざします。
キッズダンス キッズピクス	幼児年長・小学1・2年	音楽にあわせてからだをうごかしたり、遊びの要素を取りいれながら、楽しく運動します。子どもたちの基礎体力、運動能力の向上を目指します。
ラジオ体操指導者講習会	市内各地域の子供育成会役員の方	育成会による「夏休みのラジオ体操指導」に際し、体操の細部にわたる動作と効果を学ぶ講習会です。参加された役員の方に「体操カード」の配布も行います。
コアダンス	どなたでも (中学生以下を除く)	軽快なリズムに乗せて楽しく身体を動かす美腹エクササイズです。お腹まわり、肩や太もものシェイプアップの効果は抜群です。
リフレッシュヨガ	どなたでも (中学生以下を除く)	ヨガの中に健康体操を取り入れ、より身体機能の向上と、心身ともにリラックスしながら、しなやかな身体づくりをめざします。日頃の疲れを癒す効果大です。
ヨガ	どなたでも (中学生以下を除く)	ヨガのポーズや呼吸法を行い身体のコンディションを整え疲労やストレス解消を図ります。
ビューティーエクササイズ	どなたでも (中学生以下を除く)	ストレッチをはじめ、毎回色々(ウォーキング・軽エアロ等)な運動を取り入れ、太りにくい身体づくりを行います。様々なエクササイズによりしなやかなボディをめざします。
アロマフィットネス	どなたでも (中学生以下を除く)	有酸素運動とアロマを取り入れ、より身体機能の向上をはかります。リラクゼーションしながらの身体づくりは日頃の「たまったストレス」の発散に最適です。
ピラティス	どなたでも (中学生以下を除く)	インナーマッスルのトレーニングによりバランスのとれたしなやかな身体づくりを行います。負荷が少なくゆるやかな動きで行う運動で幅広い年齢層の方に対応しています。
のびのびストレッチ	どなたでも (中学生以下を除く)	自分と対話をしながら行うセルフストレッチと二人組で行うパートナーストレッチを中心に、簡単にできる筋力強化エクササイズも行います。高齢者にも安心な教室です。
健康たいそう	どなたでも (中学生以下を除く)	ウォーキング、筋力トレーニング、バランストレーニングなどを行い、体幹力をアップさせ、いつまでも若々しい容姿でいられることをめざす教室です。
エアロピクス	どなたでも (中学生以下を除く)	音楽に乗って、様々なステップを踏むエアロピクスは若者だけでなくご年配の方々にも親しまれております。運動強度も初心者から上級者までが楽しめるプログラムを経験豊富なインストラクターが指導します。リズムに合わせて踊る楽しさは女性だけでなく、男性にもお勧めです。
太極拳 (初心者)	どなたでも (中学生以下を除く)	健康運動として広く普及している24式太極拳の基本となる呼吸法と動作を学びます。性別や年齢を問わず参加していただけます。
太極拳 (経験者)	どなたでも (中学生以下を除く)	初心者コースを何度か受講し、より高い技術の習得を希望される方むけのコースです。
24式太極拳後半	どなたでも (中学生以下を除く)	経験者太極拳も一般的には24式の前半部分の動作を中心に行われるため、経験者向けにその後半部分の習得するコースです。
気功	どなたでも (中学生以下を除く)	中国の健康法で免疫力、治癒力、調整力を高め健康レベルを上げることが期待できます。緩やかな音楽にあわせて、身体を動かすことで、心身ともにリフレッシュします。
フラダンス	どなたでも (中学生以下を除く)	優雅な手足の動き、しなやかで軽快な腰の動は身体の軸を意識することから、ダイエット効果も期待できます。年齢を問わず気軽に参加していただけます。
ジャズヒップホップダンス	どなたでも (中学生以下を除く)	ヒップホップシンガーの振り付などに見られる、リズムカルな動きの中にボディラインを意識した動作を取り入れたダンスです。健康&ダイエットはもちろん、ストレス解消も期待できます。
ベリーダンス	どなたでも (中学生以下を除く)	中東のアラビアンダンスを原型とするベリー(お腹)ダンスはウエストラインを丁寧に動かします。ビギナーの方にも楽しく無理なく学べます。
温水フィットネス	どなたでも (中学生以下を除く)	水中でのストレッチや水の抵抗を利用した軽度の有酸素運動を行います。
健康温水プール浴	どなたでも (中学生以下を除く)	水中での軽運動に加え、参加者同士のコミュニケーションを図るためのメニューもあります。
プールサイドヨガ	どなたでも (中学生以下を除く)	外気よりも温度が高いプールサイドにて、デトックス効果(発汗作用)を促しながら行うヨガで、ストレッチ色が強めです。
やさしいヨガ	どなたでも (中学生以下を除く)	運動不足解消の一助とした軽運動ヨガ
アロマフィットネスヨガ	どなたでも (中学生以下を除く)	フィットネス要素を取り入れたヨガでアロマを焚きながらリラックスして行います。

会議、スポーツ大会、法事、歓送迎会、謝恩会、内祝い、その他各種催し物等に・・・。

## と へい 平 利 平 の お 弁 当



各種イベントでの  
お弁当 配達 承ります。



群馬県優良県産品

▲ 上州御用  
鳥めし竹弁当 730円 (税込)



▲ 上州御用  
鳥めし松弁当 830円 (税込)

お弁当は市内は10個以上、  
市外は20個以上より配送承ります。

### 【本部受注配送センター】

〒379-2142 群馬県前橋市下阿内町305-10

電話 027-265-1137

PC <https://www.torihei.co.jp/tyumon/>

ご予約はお電話、またはPCからご注文いただけます

《人気メニュー「上州御用鳥めし」をはじめ、各種バラエティ豊かに取り揃えております。》

## 皆様の健康体力作りを応援致します。

スポーツに必要な用品につきましては是非当店でお買い求め頂ければと思います。

皆様の御来店お待ちしております。

一般スポーツ用品販売・スポーツ工事

# ジャンプスポーツ

前橋市箱田町1022

(027) 253-1706

ぐんまのクチコミナビ!



みんなの「群馬が好き」を伝えたい!

<https://www.gunlabo.net/>

さらにクチコミ募集中! みんなのオススメおしえてね。

おどろきの  
クリームパンも



キレイをみがく  
エステサロンも



やってみたかった  
陶芸教室も



感動のお花畑  
ドライブコースも



隠れ家みたいな  
アンティーク店も



掲載は  
クチコミされた  
お店だけ!

スタッフが  
現地取材 & 確認  
済み!

お得な  
クーポンも  
あるよ!

ステキなプレゼントが  
もらえちゃう!!

クチコミ投稿やコンテンツの参加でポイントが貯まります。  
ポイントはステキな賞品と交換できるよ!



気になるあなたはいますぐコチラ。

ぐんラボ

検索

●お問い合わせは…

ぐんラボ!制作室(朝日印刷工業株式会社内)

前橋市元総社町67 TEL.027-280-5722 FAX.027-280-5744

