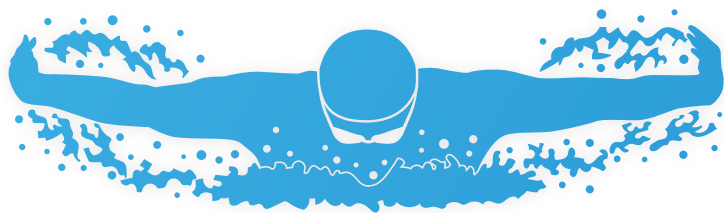
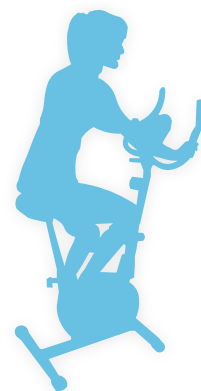
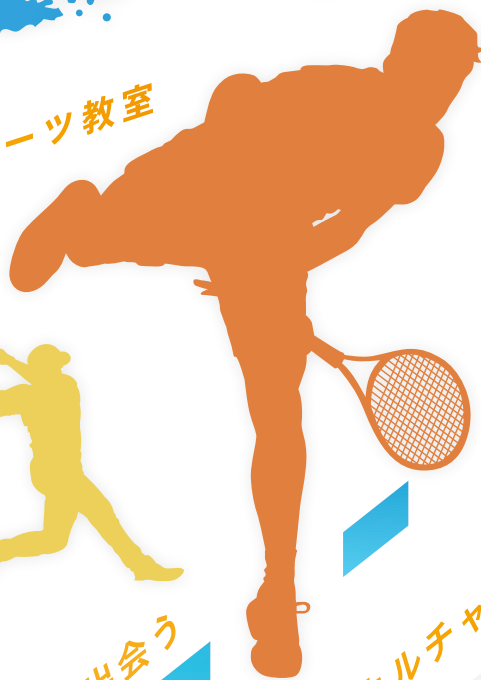


# 2024 INFORMATION of SPORTS CLASS in MAEBASHI

前橋市スポーツ教室  
インフォメーション



元気で楽しい  
スポーツ教室



学ぶ 出会う

カルチャースクール

「まえばしスポーツナビ」 <https://maebashi-sportsnavi.jp/>  
■前橋市のスポーツ教室・大会・イベントを中心にスポーツ情報を発信します



一時的な精神的ストレスがかかる状況での  
ストレスを緩和  
睡眠の質の向上

機能性表示食品

(L.カゼイ YIT 9029)

乳酸菌 シロタ株1,000億個 1本100ml  
当たり



<届出表示>

本品には乳酸菌 シロタ株(L. カゼイ YIT 9029)が含まれるので、一時的な精神的ストレスがかかる状況でのストレスをやわらげ、また、睡眠の質(眠りの深さ、すっきりとした目覚め)を高める機能があります。さらに、乳酸菌 シロタ株(L. カゼイ YIT 9029)には、腸内環境を改善する機能があることが報告されています。

食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

本品は、特定保健用食品とは異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。疫病のある方、未成年者、妊産婦(妊娠を計画している方を含む)、授乳中の方を対象に開発された食品ではありません。

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

ヤクルト



0800-700-8960

受付時間/9:00~17:00

(土・日曜日・祝日は除く)

人も地球も健康に

Yakult

# スポーツ教室のご案内

前橋市まちづくり公社では、市有スポーツ施設の特色を生かし、初めてスポーツをされる方や再開される方など、幼児から高齢者まで幅広い年齢層を対象としたスポーツ教室を開催しております。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、各施設で開催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。

前橋市スポーツ教室の Web サイト

「まえばしスポーツナビ」



Web 申込案内



新規登録



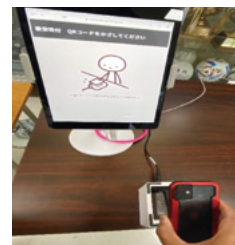
登録済の方

## 募集から教室受講までの流れ

- **募集方法** 「広報まえばし」及びWebサイト「まえばしスポーツナビ」に掲載して参加者を募集します。ただし、抽選となる場合は市内在住・在勤及び在学の方を優先します。
- **申込開始** 各教室の募集が掲載された広報まえばしの発行日からWebサイト「まえばしスポーツナビ」で申し込みを受け付けます。
- **申込方法** Webサイト「まえばしスポーツナビ」にログインし、「マイページ」（登録者専用ページ）より、ご希望の教室をお申し込みください。  
※ Webサイト「まえばしスポーツナビ」でのお申し込みについては、利用者登録が必要です。登録の詳細は、上記二次元コード「Web 申込案内」を読み取ってください。
- **ログイン方法（マイページの表示）** Webサイト「まえばしスポーツナビ」に登録されていない方は上記二次元コード「新規登録」を読み取り、登録後にログインしてください。既に登録済の方は上記二次元コード「登録済の方」を読み取り、ログインしてください。  
ログイン後、「マイページ」が表示されますので、ご希望の教室をお申し込みください。
- **参加料の支払い** 参加確定後、教室初日3日前までに参加料をクレジットカード又はコンビニでお支払いください。  
お支払完了後、「マイページ」に出席用の二次元コードが表示されます。  
※施設窓口での参加料の現金払いは出来ません。 ※教室開催初日の前日以降は参加料の返金は出来ません。
- **連絡方法** お申し込みいただいた教室の詳細、支払い案内、出席用二次元コード、主催者からのお知らせなどの情報はWebサイト「まえばしスポーツナビ」にログインし、「マイページ」からご確認ください。
- **受講方法** 「マイページ」より出席用二次元コードを表示し、施設の専用端末に毎回読み取らせてください。

## 往復ハガキでお申し込みの場合

- **募集方法** 「広報まえばし」に掲載して参加者を募集します。ただし、抽選となる場合は市内在住・在勤及び在学の方を優先します。
- **申込方法** 往復ハガキでお申し込みください。  
※将来的に、Webサイトのみのお申し込みに切り替えていきますので、ご準備ください。  
※広報まえばしの紙面の都合上、往復ハガキの申し込みが掲載されない場合があります。
- **記入方法** 往復の文面に希望する教室名、曜日、時間、郵便番号、住所、氏名、フリガナ、生年月日（西暦）、電話番号を記入し、返信の宛名面に申込者宛先（住所、宛名）を記入のうえ投函してください。返信の文面には何も書かないでください。  
※市外在住で市内在勤（在学）の方は、往復の文面に上記の他、勤務先（学校）住所、勤務先（学校）名を記入してください。
- **申込締切** 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。
- **参加料の支払い** 参加確定後、返信の文面に「支払コード」と「出席用二次元コード」を印刷したハガキを返信しますので、教室初日3日前までに参加料をコンビニでお支払いください。  
※施設窓口での参加料のお支払いは出来ません。  
※教室開催初日の前日以降は参加料の返金は出来ません。  
出席用二次元コードが印刷されたハガキを施設の専用端末に毎回読み取らせてください。



【専用端末に毎回読み取り】

## ◆教室のお問い合わせ先◆

ヤマト市民体育館前橋 防災の Hoshino 三俣テニスコート、カルチャースクール	☎027 (265)0900 <a href="https://www.maebashi-cc.or.jp/shimintaiiku/">https://www.maebashi-cc.or.jp/shimintaiiku/</a>
しんしん大渡温水プール・トレーニングセンター しんしん大渡体育館、Fuji Language School 王山運動場	☎027 (253)7811 <a href="https://www.maebashi-cc.or.jp/ohwataripool/">https://www.maebashi-cc.or.jp/ohwataripool/</a>
前橋総合運動公園 コミュニティプール、群馬電陸上競技・サッカー場、株式会社ビーエムシー 前橋総合運動公園テニスコート	☎027 (268)1911 <a href="https://www.maebashi-cc.or.jp/maebashiundohkohen/">https://www.maebashi-cc.or.jp/maebashiundohkohen/</a>
じよぶ JOB ジョブズ宮城体育館	☎027 (283)8735 <a href="https://www.maebashi-cc.or.jp/tohbutiku/">https://www.maebashi-cc.or.jp/tohbutiku/</a>

## ◆スポーツ大会・イベントのお問い合わせ先◆

スポーツ振興課	☎027 (289)4764 <a href="https://www.maebashi-sportsnavi.jp">https://www.maebashi-sportsnavi.jp</a>
---------	---

■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、医師と相談のうえ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) お申込み時にいただいた個人情報は、「個人情報の保護に関する法律」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。
- (4) 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。
- (5) 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。
- (6) 記載されている事案は予定です。都合により中止になることや、開催日時・指導者等が変更する場合があります。

## ① トップ画面から



## ② 教室一覧から



## ③ 教室お申込み方法



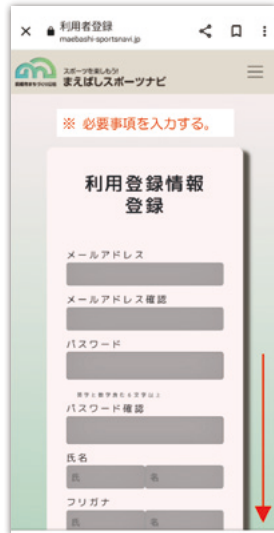
## ④ Web 申し込み



## ⑤ 利用者登録ページ



## ⑥ 利用登録画面



## ⑦ 生年月日入力画面

※カレンダー入力手順



## ⑧ 生年月日入力画面

※西暦を選択



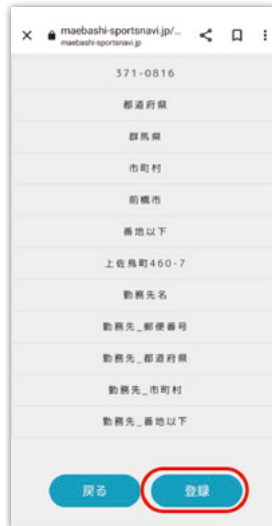
## ⑨ 利用者登録画面 (最下段)



## ⑩ 登録確認画面



## ⑪ 登録確認画面 (最下段)



## ⑫ 利用者登録完了



## 1 トップ画面から



## 2 メニュー画面



## 3 メニュー画面

※スポーツ教室一覧を選択する。



## 4 教室一覧



## 5 施設名を選択



## 6 施設名で検索



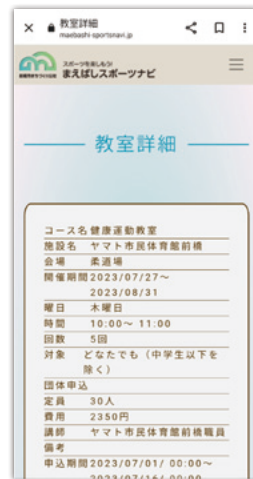
## 7 各施設の教室一覧

※希望の教室を選択する。



## 8 生年月日入力画面

※内容を確認する。



## 9 ユーザーの選択



## 10 ユーザーを選択



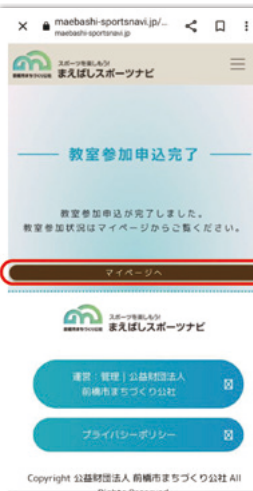
## 11 申込み



## 12 教室参加申込 確認画面



## 13 教室参加申込完了



## 14 マイページ



## 15 確認メール

※登録のアドレスにメールが届く。



## 16 申込期間終了後、抽選が行われ、あらためてメールが送信されます。

メールに記載された URL から【マイページ】に入り、【未決済一覧】から教室参加費のお支払い（クレジットカード決済またはコンビニ支払い）をお願い致します。

## 17 お支払い完了後、教室受付に必要な情報がメールにて送信されます。

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	指導者
バドミントン (午前)	4,040円	どなたでも (中学生以下を除く)	30	5月21日～6月13日	10:00～11:30	火・木	8回	4月1日号	前橋市 バドミントン 協会
				10月22日～11月21日				9月1日号	
				1月21日～2月20日				12月1日号	
バドミントン (夜間)	4,040円	どなたでも (中学生以下を除く)	30	5月21日～6月13日	19:00～20:30	火・木	8回	4月1日号	前橋市 バドミントン 協会
				11月12日～12月5日				10月1日号	
				1月21日～2月18日				12月1日号	
小学生バドミントン	1,060円	小学3年～6年生	40	8月6日～8月9日	18:30～20:30	毎日	4回	7月1日号	
卓 球	4,040円	どなたでも (中学生以下を除く)	30	5月15日～6月7日	9:30～11:30	水・金	8回	4月1日号	前橋市 卓球協会
				8月28日～9月27日				8月1日号	
				11月6日～12月4日				10月1日号	
新卓球 (ラージボール)	4,040円	どなたでも (中学生以下を除く)	30	6月19日～7月17日	9:30～11:30	水・金	8回	5月1日号	前橋市 卓球協会
				10月2日～10月30日				9月1日号	
				1月15日～2月12日				12月1日号	
トランポリン	1,060円	小・中学生	20	6月26日～7月17日	19:00～21:00	水	4回	6月1日号	前橋市トラン ポリン協会
				11月6日～11月27日				10月1日号	
体 操	580円	中学生	50	7月31日・8月1日	14:00～17:00	水・木	2回	6月1日号	前橋市 体操協会
弓 道	4,040円	初心者 (中学生以下を除く)	20	5月28日～6月20日	19:00～21:00	火・木	8回	5月1日号	県弓道連盟 前橋支部
空 手 道	大人 2,600円 小人 1,300円	どなたでも (小学1年生以上)	30	5月14日～6月11日	19:00～21:00	火	5回	4月1日号	前橋市 空手道連盟
フォークダンス	4,040円	どなたでも (中学生以下を除く)	20	5月8日～6月26日	9:30～11:30	水	8回	4月1日号	前橋市フォー クダンス協会
レスリング	820円	年中～小学生	50	2月8日～2月22日	10:00～12:00	土	3回	1月1日号	前橋市 レスリング協会
スポーツ吹矢	大人 2,600円 小人 1,300円	初心者 (小学生以上)	20	9月11日～10月16日	18:30～20:00	水	5回	8月1日号	スポーツウェ ルネス吹矢協 会前橋支部
スポーツ クライミング	大人 680円 小人 340円	初心者(小学生以上) ただし小、中学生は 保護者同伴が必要	20	5月14日	19:00～20:30	火	1回	4月1日号	県山岳・ スポーツクライ ミング連盟
				6月18日		火		5月1日号	
				7月9日		火		6月1日号	
				9月12日		木		8月1日号	
				12月17日		火		11月1日号	
				2月18日		火		1月1日号	
ダイエット トレーニング	5,000円	女性の方 (中学生以下を除く)	60	5月14日～7月23日	10:00～11:00	火	10回	4月1日号	塩谷直子
				8月27日～11月26日				8月1日号	
				12月24日～3月25日				12月1日号	
健康たいそう	5,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	60	5月16日～7月18日	10:00～11:00	木	10回	4月1日号	須永麻子
				9月12日～11月14日				8月1日号	
				1月9日～3月13日				12月1日号	

※完成イメージ

全棟個室温泉風呂付き



**2024年3月23日オープン!**

**AKAGI GLAMPING VILLAGE** 赤城グランピングヴィレッジ

**【施設概要】**

- ドームテント5棟
- ・展望檜付き3棟
- ・コンセプトドーム(Fairy/Starly)2棟
- コクーンテント2棟(ドッグラン付き)

※全棟にバーベキュー用ガゼボ、トイレ、洗面、シャワー、個室温泉風呂付き

**ご予約受付中!**

詳細は二次元コードをご覧ください



<https://www.gunma-glampingvillage.com>

住所/群馬県前橋市荻窪町530-1  
あいのやまの湯 西側芝生広場  
電話/027-264-3032

【管理運営会社】

**KDEi コーエー株式会社**

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	指導者	
室内サッカー	2,020円	小学1～2年生	30	4月24日～6月19日 9月4日～10月23日	17:00～18:00	水	8回	4月1日号 8月1日号	前橋市 サッカー協会	
のびのび ストレッチ水曜	5,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	40	5月15日～7月17日 9月11日～11月13日 1月8日～3月12日	10:00～11:00	水	10回	4月1日号 8月1日号 12月1日号	尾関真美	
のびのび ストレッチ金曜				5月17日～7月19日 9月6日～11月15日 12月13日～3月14日		金		4月1日号 8月1日号 11月1日号		
幼児体育水曜	2,500円	5・6歳児 (年中・年長)	20	5月8日～7月10日 9月11日～11月13日 1月8日～3月12日	16:30～17:30	水	10回	4月1日号 8月1日号 12月1日号	井上美鈴 伊藤純子 齊藤良子	
幼児体育金曜				5月17日～7月19日 9月27日～11月29日 12月13日～3月14日		金		4月1日号 8月1日号 11月1日号		
エアロビクス	5,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	40	5月17日～7月19日 8月30日～11月8日 12月27日～3月28日	10:00～11:00	金	10回	4月1日号 8月1日号 12月1日号	小林浩子	
ZUMBA (ズンバ)	5,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	40	5月16日～7月18日 9月12日～11月14日 1月9日～3月13日	19:00～20:00	木	10回	4月1日号 8月1日号 12月1日号	加藤聖美	
キッズビクス	2,500円	幼児年長、 小学1・2年生	20	5月16日～7月18日 8月29日～10月31日	17:00～18:00	木	10回	4月1日号 8月1日号	山口美奈子	
24式太極拳後半	5,000円	経験者 (中学生以下を除く)	30	5月8日～7月10日 9月4日～11月6日 1月8日～3月12日	13:30～15:00	水	10回	4月1日号 8月1日号 12月1日号	矢島淑江	
太極拳	5,000円	初心者 (中学生以下を除く)	50	5月16日～7月18日 9月12日～11月14日 1月9日～3月13日	10:00～11:30	木	10回	4月1日号 8月1日号 12月1日号	小出友里江	
		経験者 (中学生以下を除く)	80	5月14日～7月23日 9月3日～12月3日 12月17日～3月18日		火		10回		4月1日号 8月1日号 11月1日号
		初心者 (中学生以下を除く)	50	5月14日～7月23日 9月3日～12月3日 12月17日～3月18日		火		10回		4月1日号 8月1日号 11月1日号
気功	5,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	30	9月6日～11月15日	13:30～15:00	金	10回	8月1日号	矢島淑江	
リフレッシュヨガ	5,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	80	5月14日～7月23日 8月27日～11月26日 12月24日～3月25日	10:00～11:00	火	10回	4月1日号 8月1日号 11月1日号	中村和子	
整うスツキリヨガ	5,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	50	5月17日～7月19日 8月30日～11月8日 12月27日～3月28日	13:30～14:30	金	10回	4月1日号 8月1日号 11月1日号	細井美紀	
筋膜リリースヨガ	5,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	40	5月15日～7月17日 8月28日～10月30日 12月25日～3月5日	13:30～14:30	水	10回	4月1日号 8月1日号 12月1日号	櫻井美保	
ビューティー エクササイズ	5,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	50	5月14日～7月23日 8月27日～11月26日 12月24日～3月25日	13:30～14:30	火	10回	4月1日号 8月1日号 12月1日号	丸山 恵	
ピラティス (午後)	5,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	60	5月16日～7月18日 8月29日～10月31日 1月9日～3月13日	13:30～14:30	木	10回	4月1日号 8月1日号 12月1日号	細井美紀	
ピラティス (夜間)	5,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	40	5月14日～7月23日 8月27日～11月26日	19:30～20:30	火	10回	4月1日号 8月1日号	中村和子	
キックボクシング	5,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	15	5月17日～7月5日 9月27日～11月15日 1月17日～3月21日	19:00～20:00	金	8回	4月1日号 9月1日号 12月1日号	高坂侑弥	
ラジオ体操指導者講習会	無料	地区子供育成会役員	300	7月4日	18:30～20:00	木	1回	6月1日号	桜田敬子	

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	大人 3,000円 と別途施設使用料 小人 1,500円 と別途施設使用料	A	バタフライ (クロール50m以上泳げる方)	20人	5月13日～7月1日	12:30～13:40	月	8回	3月1日号	前橋市 水泳協会 推薦	
		B1	高齢者 (50歳以上)	20人	10月7日～12月9日	14:00～15:10			8月1日号		
		C	年長～小学2年生	30人	1月20日～3月17日	15:40～16:40			11月1日号		
		D	小学生 (1～6年)	40人		17:00～18:10			11月1日号		
		A	どなたでも (中学生以下を除く)	20人	5月7日～6月25日	12:30～13:40	火	8回	3月1日号		
		B1	高齢者 (50歳以上)	20人	10月8日～11月26日	14:00～15:10			8月1日号		
		C	年長～小学2年生	30人	1月21日～3月18日	15:40～16:40			11月1日号		
		D	小学生 (1～6年)	40人		17:00～18:10			11月1日号		
		A	平泳ぎ:どなたでも (中学生以下を除く)	20人	5月8日～6月26日	12:30～13:40	水	8回	3月1日号		
		B2	女性 (中学生以下を除く)	20人	10月9日～11月27日	14:00～15:10			8月1日号		
		C	年長～小学2年生	30人	1月22日～3月12日	15:40～16:40			11月1日号		
		D	小学生 (1～6年)	40人		17:00～18:10			11月1日号		
		B3	中級者 (4種目各25m以上泳げる方)	20人	5月10日～6月28日	14:00～15:10	金	8回	3月1日号		
		C	年長～小学2年生	30人	10月11日～11月29日	15:40～16:40			8月1日号		
D	小学生 (1～6年)	40人	1月24日～3月14日	17:00～18:10	11月1日号						
小学生水泳 (土曜)	1,500円 と別途施設使用料	小学生 (1～6年)	40人	5月11日～6月29日 10月12日～12月7日 1月18日～3月8日	10:30～11:40	土	8回	3月1日号 8月1日号 11月1日号			
健康温水プール浴	3,000円 と別途施設使用料	50歳以上の健康な方	30人	5月13日～7月1日 10月14日～12月9日 1月20日～3月17日	10:20～11:20			月	8回	4月1日号 9月1日号 12月1日号	飯塚さやか
アクアビクス	3,000円 と別途施設使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	5月14日～7月2日 10月15日～12月3日 1月14日～3月11日	10:20～11:20					火	8回
				5月17日～7月5日 10月18日～12月6日 1月17日～3月7日		金	8回				
				5月15日～7月3日 10月16日～12月4日 1月15日～3月5日				水	8回		
				9月14日～10月12日 11月2日～12月7日						土	5回
				4月8日～6月24日 7月1日～9月30日 10月7日～12月23日 1月6日～3月24日		月	10回				
				4月8日～6月24日 7月1日～9月30日 10月7日～12月23日 1月6日～3月24日				月	10回	3月1日号 6月1日号 9月1日号 12月1日号	白田智子
やさしい筋トレ	3,000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8日～6月24日 7月1日～9月30日 10月7日～12月23日 1月6日～3月24日	19:00～20:00	月	10回			3月1日号 6月1日号 9月1日号 12月1日号	小川清子
				4月16日～6月18日 7月9日～9月24日 10月8日～12月10日 1月7日～3月18日				火	10回	3月1日号 6月1日号 9月1日号 12月1日号	
				4月16日～6月25日 7月9日～9月24日 10月8日～12月10日 1月7日～3月18日						火	
				4月16日～6月18日 7月9日～9月24日 10月8日～12月10日 1月7日～3月18日		火	10回				
				4月16日～6月18日 7月9日～9月24日 10月8日～12月10日 1月7日～3月18日				火	10回		
				4月16日～6月18日 7月9日～9月24日 10月8日～12月10日 1月7日～3月18日		火	10回			3月1日号 6月1日号 9月1日号 12月1日号	
ヨ ガ	3,000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16日～6月18日 7月9日～9月24日 10月8日～12月10日 1月7日～3月18日	10:30～11:30			火	10回	3月1日号 6月1日号 9月1日号 12月1日号	白田智子



コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師												
ヨガ	3,000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17日～6月19日	10:30～11:30	水	10回	3月1日号	書上麻衣子												
				7月10日～9月25日				6月1日号													
				10月9日～12月11日				9月1日号													
				ヨガ	3,000円 と別途施設使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	1月8日～3月12日	13:30～14:30	金	10回	12月1日号	中村和子								
								4月19日～6月28日				3月1日号									
								7月12日～9月20日				6月1日号									
								ヨガ	3,000円 と別途施設使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	10月11日～12月13日	10:30～11:30	土	10回	9月1日号	臼田智子				
												1月10日～3月14日				6月1日号					
												4月20日～6月29日				9月1日号					
												フラダンス	3,000円 と別途施設使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	1月11日～3月15日	13:30～15:00	水	10回	12月1日号	良澤てるみ
																4月17日～6月19日				3月1日号	
																7月10日～9月25日				6月1日号	
ジャズヒップ ホップダンス	3,000円 と別途施設使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	40人													10月2日～12月4日	19:00～20:00	水	10回	9月1日号	松崎みどり
																1月8日～3月12日				6月1日号	
																4月17日～6月19日				9月1日号	
				コアダンス	3,000円 と別途施設使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	40人									10月9日～12月11日	10:30～11:30	金	10回	12月1日号	塚本純子
																7月12日～9月20日				3月1日号	
																10月11日～12月13日				6月1日号	
								ピラティス	3,000円 と別途施設使用料	どなたでも (中学生以下を除く)	40人					1月10日～3月14日	19:00～20:00	金	10回	12月1日号	中村和子
																4月19日～6月28日				3月1日号	
																7月12日～9月20日				6月1日号	

## 3 しんしん大渡体育館

大渡町 2-3-11

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
エアロビクス	5,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	4月23日～6月25日	10:30～11:30	火	10回	3月1日号	書上麻衣子
				7月9日～9月24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	
バドミントン	4,040円	どなたでも (中学生以下を除く)	24人	5月15日～6月7日	19:00～20:30	水	8回	4月1日号	前橋市 バドミントン 協会
				9月18日～10月11日				8月1日号	
				1月15日～2月7日				12月1日号	
バレーボール	4,040円	どなたでも (中学生以下を除く)	20人	5月13日～7月1日	19:00～20:30	月	8回	4月1日号	前橋市 バレーボール 協会
				9月2日～11月25日				8月1日号	
				1月20日～3月17日				12月1日号	
剣道	580円	中学生	150人	8月17日・18日	9:00～16:00	土・日	2回	7月1日号	県剣道連盟 前橋支部
スポーツ婚活		25～39歳の独身男女	40人	12月8日	13:00～16:30	日	1回	11月1日号	スポーツ 振興課職員

## 4 Fuji Language School 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	2,020円	小学3～6年生	40	4月19日～6月14日	17:00～18:00	金	8回	3月1日号	前橋市 陸上競技協会
				9月6日～11月8日				8月1日号	

## 5 防災の Hoshino 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	730円	小学4～中学生	60	7月6日・7日・13日	9:00～12:00	土・日・土	3回	6月1日号	前橋市ソフト テニス連盟

## 6 防災のHoshino 三俣テニスコート・Fuji Language School 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	(2024年)3月・4月・5月 (6,000円)	市内在住・ 在勤及び在学者	200	2024年4月1日～ 2025年3月31日の間	9:00～18:00	平日のみ	-	3月1日号	-
	(2024年)6月・7月 (5,000円)								
	(2024年)8月・9月 (4,000円)								
	(2024年)10月・11月 (3,000円)								
	(2024年)12月 (2025年)1月 (2,000円)								
	(2025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。								

## 7 前橋総合運動公園

No.1

荒口町 437-2 (50号線沿い)

コミュニティプール

群馬電工陸上競技・サッカー場

株式会社ピーエムシー 前橋総合運動公園テニスコート

コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
エアロビクス	4,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	4月10日～6月19日	10:30～11:30	水	10回	3月1日号	都丸律子
				7月10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19日				12月1日号	
				4月12日～6月21日				3月1日号	
				7月12日～9月20日				6月1日号	
ピラティス	4,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	10月11日～12月13日	18:30～20:00	金	10回	9月1日号	立花亜由美
				1月10日～3月14日				12月1日号	
				4月8日～6月24日				3月1日号	
				7月1日～9月30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24日				12月1日号	
ピラティス	4,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	4月10日～6月19日	18:30～20:00	月	10回	3月1日号	金子真由美
				7月10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19日				12月1日号	
				4月10日～6月19日				3月1日号	
				7月10日～9月18日				6月1日号	



東京海上日動火災保険株式会社代理店

東京海上日動あんしん生命保険株式会社代理店

# 株式会社 ファミリーパートナーズ

営業時間 平日9:00～18:00 (土日祝は予約面談可)

〒371-0054  
群馬県前橋市下細井町586-1 グランパルク  
mail: family-p@bz03.plala.or.jp

TEL 234-6643  
FAX 230-1408



コース	費用	対象	定員	期間	時間	曜日	回数	広報掲載	講師
ヨガ	4,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	60人	4月8日～6月24日	10:20～11:50 12:20～13:50	月	10回	3月1日号	金子真由美
				7月1日～9月30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24日				12月1日号	
やさしいヨガ	4,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	60人	4月11日～6月20日	10:20～11:50	木	10回	3月1日号	粕川三恵子
				7月11日～9月19日				6月1日号	
				10月10日～12月12日				9月1日号	
				1月9日～3月13日				12月1日号	
太極拳	4,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	40人	4月11日～6月20日	14:30～16:00 18:30～20:00	木	10回	3月1日号	廣奥一江 田部井たか子
				7月11日～9月19日				6月1日号	
				10月10日～12月12日				9月1日号	
				1月9日～3月13日				12月1日号	
テニス	4,500円	初・中級者 (19歳以上)	60人	4月20日～6月8日	10:00～12:00	土	6回	3月1日号	前橋市 テニス協会
				9月14日～10月19日				8月1日号	
				1月11日～2月15日				12月1日号	
	5,000円	初・中級者 (19歳以上)	30人	4月17日～5月22日	18:45～20:45	水・金	6回	3月1日号	
				11月1日～11月22日				10月1日号	
				6月3日～6月20日				5月1日号	
820円	小学生 (1～6年生)	100人	4月13日～4月27日	9:00～11:00	土	3回	3月1日号	前橋市陸上 競技協会	
			8月26日～9月12日				7月1日号		
			10月7日～10月28日				9月1日号		

## 8 じよぶ JOB ジョブズ宮城体育館

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	520円	中学生	100人	8月5日・6日	9:00～16:00	月・火	2回	7月1日号	市卓球協会
バレーボール	520円	中学生	150人	8月1日・2日	9:00～16:00	木・金	2回	7月1日号	市バレー ボール協会

## 9 カルチャースクール

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
テーブル茶で 楽しむ茶道教室	6,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	12	5月2日～7月4日	10:00～12:00	木	3回	4月1日号	田島和子
				10月3日～12月5日				9月1日号	
手ぶらで 書道教室	8,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	12	5月17日～6月21日	10:00～12:00	金	4回	4月1日号	鹿子島恵子
				10月11日～11月8日				9月1日号	
				2月14日～3月14日				1月1日号	
竹細工教室	8,000円	どなたでも (中学生以下を除く)	8	5月1日～8月21日	10:00～12:00	水	4回	4月1日号	飯田淳美

オフィスのICT機器導入、セキュリティ対策、DX推進、  
生産性向上のサポートはおまかせください。






**株式会社オオタヤ**

〒371-0855 群馬県前橋市間屋町1-10-7  
TEL: 027-251-5217  
FAX: 027-251-5238  
■詳細はこちらから▶



**業務内容**

- OA機器/システム製品販売
- セキュリティ対策 (UTM・ソフトウェア)
- 各種ライセンス (Office、Adobe、CAD)
- DX推進サポート
- オフィス家具・環境整備
- 文具・事務用品販売
- 修理/保守 メンテナンス

# 10 スポーツ大会・イベント

スポーツ振興課

大会名	開催日	種目	会場
赤城山トレイルリレーフルマラソン	令和6年4月27日(土)	トレイルリレーマラソン	国立赤城青少年交流の家
2024赤城山トレイルランニングレース	令和6年7月21日(日)	トレイルランニング	赤城山南麓トレイルコース(仮)
あかぎ大沼・白樺マラソン大会	令和6年8月25日(日)	20km、10km、5km、3.2km、1.5km	赤城山大沼湖畔
まえばし赤城山ヒルクライム大会2024	令和6年9月29日(日)	自転車レース (18.6km 標高差1,238m)	道の駅『まえばし赤城』から赤城山
赤城山100ウルトラマラソン2024	令和6年9月29日(日)	100キロマラソン・50キロマラソン	道の駅『まえばし赤城』から赤城山周遊コース
2024-25前橋シクロクロス大会全2戦	令和6年11月・ 令和7年2月予定	オフロード自転車レース(カテゴリー別)	前橋市岩神緑地
バイクヒーローズ前橋 全3戦	令和6年9月・11月・ 令和7年2月予定	キックバイクレース	前橋市岩神緑地 他
前橋市民軽スポーツフェスティバル7種目	令和6年11月17日(日)	ソフトバレーボール	ヤマト市民体育館前橋
		フォークダンス	
		ディスコン	
		モルック	
		スポーツウエルネス吹矢	しんしん大渡体育館
		グラウンドゴルフ	ベースボールパークファースト北部運動場
		インディアカ	じょぶJOB ジョブズ宮城体育館
前橋ウォーキングジャンボリー	令和6年11月23日(土)	ウォーキング(18km、10km、5km)	日吉体育館
第5回前橋市障害者卓球競技大会	令和7年2月16日(日)	硬球の部(男女別・年代別シングル) ラージボールの部(男女別シングル)	楽歩堂前橋公園スタート
第5回前橋市障害者水泳記録会	令和7年2月(予定)	50m・100m・200m(種目別)	ヤマト市民体育館前橋
			群馬県立ふれあいスポーツプラザプール

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

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

体組成測定サービス

体組成測定を行い自分の体の状態をチェックして見ませんか！  
握って乗るだけでOK。

測定料金 1回300円



スポーツインストラクター派遣します

【申し込み・問い合わせ】

ヤマト市民体育館前橋

TEL 027-265-0900



ご自宅の些細な修理・改修・清掃等  
なん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。



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 <https://www.maebashi-taikyo.jp/>

# 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。
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。
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、遊びの要素を取り入れながら、楽しく運動します。子供たちの基礎体力、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。
リフレッシュヨーガ	どなたでも (中学生以下を除く)	ヨー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。
筋膜リリースヨガ	どなたでも (中学生以下を除く)	筋肉のまわりにある筋膜を伸ばすことにより、コリや体のゆがみを整えるヨガです。
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。高年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。
やさしい筋トレ	どなたでも (中学生以下を除く)	誰でも簡単に行える筋力トレーニングです。筋力・運動不足を解消し、若々しく健康な体を保ちましょう。
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。
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
キックボクシング	どなたでも (中学生以下を除く)	キックボクシングを楽しみながら有酸素運動と無酸素運動を融合し理想の体を手に入れます。
バレトン	どなたでも (中学生以下を除く)	バレエ・ヨガ・フィットネスの3種類の運動を組み合わせる裸足で行う有酸素運動です。全身のバランス力を高め、体幹を鍛え姿勢を改善します。
整うスッキリヨガ	どなたでも (中学生以下を除く)	のんびりゆったり呼吸とヨガのポーズで心と体をよくほぐし整えます。
アクアフィットネス	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。
スポーツクライミング	初心者(小学生以上) ただし小・中学生は 保護者同伴が必要	全身運動で健康のためのエクササイズとして効果的です。さらには頭を使いゴールを目指すため、考える力も身につきます。壁を登ってゴールに達することで得られる達成感を味わえるのも魅力です。

# 平利平のお弁当

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・・・。

群馬県優良物産推奨品



各種イベントでのお弁当を承ります。【〈配達〉市内10個〜】

ご予約はお電話、またはPCからご注文いただけます。

【本部受注配送センター】

電話 **027-265-1137**

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

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。

▲上州御用鳥めし弁当〈竹〉

## 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



株式会社

# 大塚消防設備

前橋市下大島町 746-1-102

TEL : 027-267-0024 FAX : 027-212-6228 URL : <http://otsuka-syoubou.com/>

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

# 前橋市まちづくり公社 管理施設 Map



皆様の健康体づくりにご活用ください

●前橋市まちづくり公社 ヤマト市民体育館前橋 発行日 3月15日