



ホームページ



みんなの夢を応援します

# 新湊カモン



X(旧ツイッター)



ブログ

# スポーツクラブ 2024



インスタグラム

Shinminato Kamon Sports Club



第32回 全国小学生  
バドミントン選手権大会  
5位入賞

2023.12.22~26 in 沖縄

第24回 全国小学生  
ABCバドミントン大会  
5位入賞

2023.8.11~13 in 香川



谷川 結音選手  
(新湊カモンスポーツクラブ)

マリンセラーズ 2023 2023.9.9



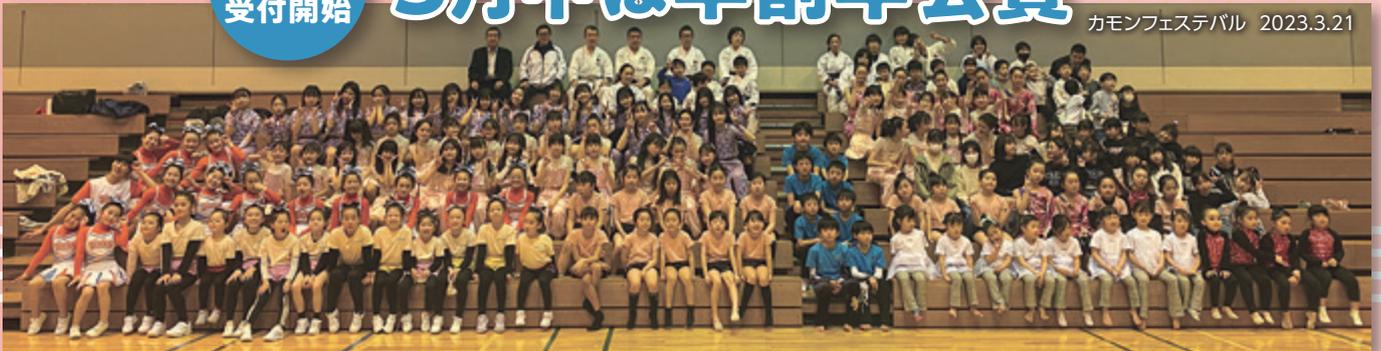
TOYAMA DANCE FESTA vol.10 2023.2.5



3/1  
受付開始

## 3月中は早割年会費

カモンフェスティバル 2023.3.21



### みなさんのスポーツライフを応援します!

特定非営利活動(NPO)法人

〈新情報はHPでご確認ください〉

## 新湊カモンスポーツクラブ

〒934-0039 射水市久々湊467番地  
新湊アイシン軽金属スポーツセンター(新湊総合体育館)内  
TEL・FAX●0766-82-8277  
e-mail●kamon@shinspo.com  
URL●https://shinsp2.jimdofree.com/



受付時間

〈月・水~土〉9:00~20:00

〈日・祝日〉9:00~16:00

火曜日 休館日



Wi-Fi



Wi-Fi

接続無料

パスワードはスタッフまで



# イベント一覧

詳しくは新湊カモンスポーツクラブ事務局までお問い合わせください。  
各イベントの開催は変更となる場合がございます。詳しくはHPでご確認ください。

**STT大会 (視覚障がい者卓球大会)**



2025年 **2/24** 月・振休

**第15回カモンカップ 小学生バレーボール交流大会**



2024年 **8/25** 日

## TOYAMA DANCE FESTA Vol.12

2024-2025 Coming soon...

**入場無料**

高周波文化ホール・大ホール



TOYAMA DANCE FESTA vol.10 39チーム出演 2023.2.5

## 2024 カモンフェスティバル

2024年 **3/20** 水・祝 **入場無料**

**クラブ発表会** 各クラスの1年間の成果を発表いたします。皆さまのご来場をお待ちしております。

**2025カモンフェスティバル(次回予告) 2025年3/20(木・祝)**

<b>HIP HOP/JAZZ DANCE</b> ★MARIE★クラス	<b>チアリーディング</b> (PUPPYS) パピーズJr	<b>新体操ガールズ</b> 幼児クラス	<b>新体操ガールズ</b> 小学生クラス
<b>新体操男子</b> (カモンRG)	<b>少年剣道教室</b>	<b>空手教室</b>	<b>ダンススポーツ</b> (島竹ペア)

**第31回 カモンカップ**



2024年 **3/9** 日 **10** 日 富山県立大学グラウンド

**皆さんのスポーツライフを応援します!!**

出前教室、講師派遣、企業スポーツイベント企画運営、福利厚生、PTA親子活動、自治会活動、スポーツ少年団...etc、スポーツに関するサポートを承ります。お気軽にお問い合わせください。

## 中学生コース 増設のご案内

中学生の学校部活動の地域移行に伴い、中学生向けの新しい教室を3つ増設しました! 既存の教室を合わせると中学生対象教室は19教室。ぜひ無料体験に参加して自分の好きなものを見つけてみてください。

★パンフレット内の **中学生** 対象教室にご注目!

# 2024 スタジオ 週間タイムテーブル

	Mon	Wed	Thu	Fri	Sat
9:00	●のびのびエアロ	●のびのびエアロ	●リトモス	●ピラティスマorning★before	●親子ヨガ&ピラティス
10:00	9:50~10:35	9:50~10:35	9:50~10:35	9:00~9:50	9:00~9:45
11:00	●ソフトヨガ	●美姿勢ストレッチ	●健康運動 A	●ピラティスマorning	●リトモス
12:00	11:00~12:00	10:45~11:45	11:00~12:00	10:00~10:50	9:55~10:40
13:00	●機能改善体操	●STRONG Nation	●体質改善ヨガ	●健康運動 C	●STRONG Nation
14:00	12:30~13:30	12:30~13:15	13:20~14:20	11:00~12:00	10:50~11:35
15:00	●ピラティスafternoon	●ビューティーエクササイズ	●健康運動 B	●ダンスエアロ	
16:00	13:45~14:45	&ストレッチ	14:30~15:30	12:30~13:15	
17:00		14:00~15:00		●パレトン&筋膜リリース	
18:00	●パピーズJr	●オリジナルエアロ	●HIP HOP/JAZZ DANCE	●ピラティス evening	●K-POP DANCE
19:00	18:00~18:45	18:00~18:45	(キッズ中級クラス)	18:20~19:20	中学生クラス
20:00	●Kids Hip Hop Dance	●STRONG Nation	●HIP HOP/JAZZ DANCE	●シンプルエアロ	2024 NEW CLASS
	19:00~19:50	18:55~19:40	(オープンクラス)	&ボディリセット	19:00~20:00
	●Hip Hop Dance	●リトモス60分	19:50~20:50	19:30~20:30	
	20:00~20:50	19:50~20:50			
		《研修室》			
		●ボディメイクヨガ			
		19:50~20:50			
			海老江CC (火曜)	●身体ひきしめ	
				エクササイズ	
				10:00~11:00	
				海老江CC (金曜)	●代謝UP
					エクササイズ
					10:00~11:00

## 2024 新湊カモンスポーツクラブ 教室一覧表

No.	教室名	注記	P	No.	教室名	注記	P	No.	教室名	注記	P
S28	リトモス(水)60分	☆		L03	新体操ガールズ 小学生クラス	◎	6P	L15	バレーボールJr		9P
S25	リトモス(土)	☆		L35	美姿勢ストレッチ			L100	「浜谷先生の」わくわく体育教室	NEW	
S04	リトモス(木)	☆		S24	らくらく貯筋教室			L12	少年サッカー 基礎コース		
S47	ピラティス morning★before(早朝)		3P	S26	いきいき筋力教室			L11	キッズサッカー		
S17	ピラティス morning(朝)			S13	シンプルエアロ&ボディリセット			L13	少年サッカー 選手コース	◎	10P
S23	ピラティス afternoon(昼)			S14	ソフトヨガ			L05	体育の寺子屋(年少~年長)	RENEWAL	
S05	ピラティス evening(夜)			S12	ボディメイクヨガ		7P	L06	体育の寺子屋(小学生)	RENEWAL	
S27	体質改善ヨガ			S16	機能改善体操			L07	ジュニア体操(小学1~2年生)		
S30	STRONG Nation(水)day			S07	海老江CC/身体ひきしめエクササイズ	◎		L08	ジュニア体操(小学3~6年生)		
S18	STRONG Nation(水)night			L37	ダンススポーツ(社交ダンス)			L01	バスケキッズI		
S20	STRONG Nation(土)			S09	海老江CC/代謝UPエクササイズ	◎		L04	バスケキッズII		
S29	ダンスエアロ			L32	健康運動 A			L17	ジュニアヨット(ベーシックコース)	☆	
S06	オリジナルエアロ		4P	L33	健康運動 B			L41	中学バスケ	NEW	
S03	のびのびエアロ(月)			L34	健康運動 C			L47	ジュニアヨット(アドバンスコース)	◎	11P
S10	のびのびエアロ(水)			L39	ハッスルランニングクラブ	RENEWAL		L27	テニス		
S01	パレトン&筋膜リリース	◎		L21	卓球		8P	L25	ソフトテニス		
L36	ビューティーエクササイズ&ストレッチ			L49	ハッスルランニングアドバンスクラス	NEW		L26	ソフトテニス小学生 中級コース		
S19	HIP HOP/JAZZ DANCE(キッズ中級クラス)	☆		L16	マラソンクラブ			L23	もっとラージボール卓球		
S15	HIP HOP/JAZZ DANCE(オープンクラス)	☆		L14	O-35サッカー			L22	ラリーの続くラージボール卓球		
S48	K-POP DANCE(中学生クラス)	NEW		B01	バドミントン 一般			L38	スポーツチャンバラ		
S08	Kids Hip Hop Dance		5P	L20	空手道(選手コースと一般)			L18	少年剣道		
S21	Hip Hop Dance			L46	キッズ空手(初級)			L30	水泳	☆	
L09	新体操ボーイズ(カモンRG)	◎		L19	キッズ空手(中級)			L29	水中エクササイズ	☆	12P
S33	親子ヨガ&ピラティス			B02	バドミントン 初級	◎	9P	L40	スキー	☆	
L50	新体操ガールズ アドバンスクラス	◎	6P	B05	バドミントン 中学生コース	◎		L24	サウンドテーブルテニス		
S22	チアリーディング(PUPPYS)パピーズJr	☆		B04	バドミントン 選手	◎		C104	紙バンド手芸	◎	
L02	新体操ガールズ 幼児クラス	RENEWAL	◎	B06	バドミントン 中学生クラブコース	◎					

- …通年開催 年間36回
- …通年開催外 ☆S会員は割引参加料になります(一部除外)
- …文化教室 参加料だけで参加できます(入会金・年会費、保険料はいただきません)
- …家族割が適用になる「**あったか家族応援隊!**」教室です。
- NEW …2024新教室です。 RENEWAL …2024リニューアル教室です。

☆…S会員は参加料、または、別納参加料をお支払ください。  
 ◎…バドミントンシャトル代、新体操手具代、サッカー・ヨットは選手登録料及び試合参加費、紙バンド材料費等をお支払ください。 ※ペア合計より  
 ※参加人数が極端に少ない場合、又は特別な事情がある場合は、教室開催を年度途中で打ち切らせていただく場合がございます。

は親子で楽しめる教室  
**あったか家族を応援します!!**  
 「あったか家族応援隊!」教室に親子で  
 お申込みされた場合  
**親子割引(500円お得)**  
 になります!



# スポーツ教室①



リトモス

●リトモス ●ピラティス ●体質改善ヨガ 高校生 一般

## S28 ☆リトモス(水)60分

〈対象〉  
高校生 一般

60分レッスンをお楽しみいただけます。人気教室につき増設!

指導者 YUKA

リトモスオフィシャルトレーナー、laxmi yoga 公認インストラクター  
STRONG Nation インストラクター  
JSPO 公認スポーツコーチングリーダー

時間 19:50 ~ 20:50



場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月 S会員 100円/月

## S25 ☆リトモス(土)

〈対象〉  
高校生 一般

3ヶ月ごとにアップデートされる音楽に合わせた、楽しくシンプルでダイナミックなダンス系フィットネスです。

指導者 YUKA

リトモスオフィシャルトレーナー、laxmi yoga 公認インストラクター  
STRONG Nation インストラクター  
JSPO 公認スポーツコーチングリーダー

時間 9:55 ~ 10:40



場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月 S会員 100円/月

## S04 ☆リトモス(木)

〈対象〉  
一般

3ヶ月ごとにアップデートされる音楽に合わせた、楽しくシンプルでダイナミックなダンス系フィットネスです。

指導者 YUKA

リトモスオフィシャルトレーナー、laxmi yoga 公認インストラクター  
STRONG Nation インストラクター  
JSPO 公認スポーツコーチングリーダー

時間 9:50 ~ 10:35



場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月 S会員 100円/月

## S47 ピラティス morning ★before(早朝)

〈対象〉  
一般

人気のピラティスmorning、定員越えのため増設!早朝レッスンで清々しい一日を過ごしましょう。

指導者 高田さおり

FTPマットピラティス、J-YOGA、リズムジャンプ、コアコンストレッチボール

時間 9:00 ~ 9:50



場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月



ピラティス

## S17 ピラティス morning(朝)

〈対象〉  
一般

10レッスンで気分が良くなり、20レッスンで見た目が良くなり、30レッスンで完全に新しい身体になります!

指導者 高田さおり

FTPマットピラティス、J-YOGA、リズムジャンプ、コアコンストレッチボール

時間 10:00 ~ 10:50



場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月

## S23 ピラティスafternoon(昼)

〈対象〉  
一般

10レッスンで気分が良くなり、20レッスンで見た目が良くなり、30レッスンで完全に新しい身体になります!

指導者 高田さおり

FTPマットピラティス、J-YOGA、リズムジャンプ、コアコンストレッチボール

時間 13:45 ~ 14:45



場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月

## S05 ピラティス evening(夜)

〈対象〉  
高校生 一般

呼吸と動きを意識し、しなやかな身体を作りましょう!身体を360°の面から動かし体幹を鍛えます。

指導者 高田さおり

FTPマットピラティス、J-YOGA、リズムジャンプ、コアコンストレッチボール

時間 18:20 ~ 19:20



場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月

## S27 体質改善ヨガ

〈対象〉  
一般

呼吸に合わせてゆったり動くヨガです。柔軟性とリラックス効果が高まり心身のバランスを整えます。

指導者 高田さおり

FTPマットピラティス、J-YOGA、リズムジャンプ、コアコンストレッチボール

時間 13:20 ~ 14:20



場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月

# スポーツ教室②



●STRONG Nation ●エアロビクス  
●バレトン ●ビューティエクササイズ **高校生 一般**

**S30 STRONG Nation(水) day** 〈対象〉  
一般

筋トレと有酸素運動を組み合わせたサーキットトレーニング。運動強度の調節が可能で、参加者自身で動きを選択してできるため安心して参加できるクラスです。

リトモスオフィシャルトレーナー、laxmi yoga 公認インストラクター  
STRONG Nation インストラクター  
JSPO 公認スポーツコーチングリーダー

指導者 YUKA

時間 12:30 ~ 13:15

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800 円/月

**水 day**

60分で  
1,000キロカロリー消費!  
音楽とトレーニングの融合!

STRONG Nation

YUKA先生

**S18 STRONG Nation(水) night** 〈対象〉  
高校生 一般

筋トレと有酸素運動を組み合わせたサーキットトレーニング。運動強度の調節が可能で、参加者自身で動きを選択してできるため安心して参加できるクラスです。

リトモスオフィシャルトレーナー、laxmi yoga 公認インストラクター  
STRONG Nation インストラクター  
JSPO 公認スポーツコーチングリーダー

指導者 YUKA

時間 18:55 ~ 19:40

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800 円/月

**水 night**

**S20 STRONG Nation(土)** 〈対象〉  
高校生 一般

音楽と動きがシンクロした新感覚のインターバルトレーニングで自重を効果的に使い全身を鍛えていきましょう!

リトモスオフィシャルトレーナー、laxmi yoga 公認インストラクター  
STRONG Nation インストラクター  
JSPO 公認スポーツコーチングリーダー

指導者 YUKA

時間 10:50 ~ 11:35

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800 円/月

**土**

**S29 ダンスエアロ** 〈対象〉  
一般

生活習慣病予防!ストレス解消!心身共に健康な体を手に入れよう!

リトモスオフィシャルトレーナー、laxmi yoga 公認インストラクター  
STRONG Nation インストラクター  
JSPO 公認スポーツコーチングリーダー

指導者 YUKA

時間 12:30 ~ 13:15

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800 円/月

**金**

**S06 オリジナルエアロ** 〈対象〉  
高校生 一般

運動習慣を身に付ける事で、加齢と共に減少してしまう多くの筋肉、バランス能力、心肺機能の低下を防いでいきましょう。

リトモスオフィシャルトレーナー、laxmi yoga 公認インストラクター  
STRONG Nation インストラクター  
JSPO 公認スポーツコーチングリーダー

指導者 YUKA

時間 18:00 ~ 18:45

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800 円/月

**水**

**S03 のびのびエアロ(月)** 〈対象〉  
一般

運動習慣を身に付ける事で、加齢と共に減少してしまう多くの筋肉、バランス能力、心肺機能の低下を防いでいきましょう。

リトモスオフィシャルトレーナー、laxmi yoga 公認インストラクター  
STRONG Nation インストラクター  
JSPO 公認スポーツコーチングリーダー

指導者 YUKA

時間 9:50 ~ 10:35

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800 円/月

**月**

**S10 のびのびエアロ(水)** 〈対象〉  
一般

運動習慣を身に付ける事で、加齢と共に減少してしまう多くの筋肉、バランス能力、心肺機能の低下を防いでいきましょう。

リトモスオフィシャルトレーナー、laxmi yoga 公認インストラクター  
STRONG Nation インストラクター  
JSPO 公認スポーツコーチングリーダー

指導者 YUKA

時間 9:50 ~ 10:35

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800 円/月

**水**

**S01 ◎バレトン&筋膜リリース** 〈対象〉  
一般

フィットネス、バレエ、ヨガの動きを融合させた有酸素運動“バレトン”の後、ミニボールで筋と筋膜をほぐし運動後の筋肉の緊張を和らげます。姿勢矯正効果UP!

FTP認定ピラティス、FTP 認定バレトン  
からだスキャンセルフマッサージ

指導者 懸高 千春

時間 14:00 ~ 15:00

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800 円/月

**金**

**L36 ビューティエクササイズ & ストレッチ** 〈対象〉  
一般

すべての運動を音楽に合わせて行い、日頃鍛える事のできない場所や引き締めたい所を重点において、姿勢の改善や柔軟性も養うエクササイズプログラムになっています。

FTP認定ピラティス、FTP 認定バレトン  
からだスキャンセルフマッサージ

指導者 懸高 千春

時間 14:00 ~ 15:00

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800 円/月

**水**



# スポーツ教室③

●HIP HOP DANCE ●HIPHOP JAZZ  
●K-POP DANCE ●男子新体操

小学生 中学生 高校生 一般

## S19 ☆HIP HOP/JAZZ DANCE (キッズ中級クラス)

〈対象〉

小学生(3~6年)

※1~2年生は不可

小学生3~6年生対象。ダンス経験者向けHIP HOP/JAZZダンスクラスです。楽しみながらスキルアップを目指しましょう!

指導者 ★MARIE★ プロダンサー、コレオグラファー、  
富山グラウジーズG.O.W. プロデューサー

時間 18:30 ~ 19:30

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月



中学生教室を  
新設しました!

## S15 ☆HIP HOP/JAZZ DANCE (オープンクラス)

〈対象〉 中学生

高校生 一般(20代)

中学生~20代対象の女性限定クラスです。HIP HOPからJAZZまで様々なジャンルを月替わりで踊ります。楽しみながらスキルアップを目指しましょう!

指導者 ★MARIE★ プロダンサー、コレオグラファー、  
富山グラウジーズG.O.W. プロデューサー

時間 19:50 ~ 20:50

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月



## S48 K-POP DANCE (中学生クラス)

2024  
NEW  
CLASS

〈対象〉

中学生

※経験不問

コレオグラファー★MARIE★監修! 人気のK-POPをカッコよく踊ろう!

指導者 SERIHA & YUUKA ♡ 富山グラウジーズG.O.W.

時間 19:00 ~ 20:00

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月



## S08 Kids Hip Hop Dance

〈対象〉

小学生

Hip Hop Danceの基礎を身につけ、楽しく踊りましょう。

指導者 Ritsuko GOW 1期生

時間 19:00 ~ 19:50

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月



## S21 Hip Hop Dance

〈対象〉

高校生 一般

Hip Hop Danceの基礎を身につけ、楽しく踊りましょう。

指導者 Ritsuko GOW 1期生

時間 20:00 ~ 20:50

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月



## L09 ◎新体操ボーイズ(カモンRG)

〈対象〉

小学生 中学生

マット運動の基本や徒手体操など、男子新体操を楽しく教えます。上位入賞や全国大会にも出場!

JSPO 公認スポーツコーチングリーダー

日本体操協会公認審判員

射水市体操協会理事長

新体操元国体優勝チームキャプテン

指導者 橘 秀和 赤井 龍也  
市古 雄城

時間 19:00~20:50

今年より時間変更

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 柔道場

参加料 1,800円/月 ※手具代は別途



新体操ボーイズ選手(カモンRG)

# スポーツ教室④



●親子ヨガ&ピラティス ●チアリーディング  
●女子新体操 ●美姿勢ストレッチ

幼児 小学生 中学生 高校生 一般

あったか家族応援隊!

## S33 親子ヨガ&ピラティス

〈対象〉  
幼児～小学生  
&保護者 親子参加  
保護者代理OK!

あったか家族を応援します。すべての運動の基本となる柔軟性と体幹を親子で養いましょう。ママが忙しい時はパパやおばあちゃんの代理参加大歓迎!

指導者 高田さおり FTPマットピラティス、J-YOGA、リズムジャンプ、コアコンストレッチボール

時間 9:00～9:45

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 2,200円/月(ペア)



“世界大会準備”に  
導いた日本代表ヘッドコーチ  
パピーズ代表 小竹先生が  
楽しく指導します!

小竹先生

## L50 ◎新体操ガールズ アドバンスクラス

〈対象〉  
小学生 中学生 高校生  
小学生は小学生クラス参加必須 ※中学生は経験者のみ

新体操をもっともっと綺麗に演技したい人集まれ!

指導者 石黒 菜々 With 女子新体操審判資格二種  
さなえおねえちゃん

時間 19:50～20:40 今年より時間変更

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター サブアリーナ

参加料 2,100円/月 ※手具代は別途



## S22 ☆チアリーディング (PUPPYS)パピーズJr

〈対象〉  
年長～小学生

元気いっぱいの表現力、笑顔を極めます。世界大会日本代表ヘッドコーチがチアリーディングの基礎から楽しく伝えます。

指導者 小竹 美夏 日本代表ヘッドコーチ、JSPO公認コーチ3  
(公社)日本チアリーディング協会審判員上級指導員  
2017-2019 世界大会日本代表ヘッドコーチ

時間 18:00～18:45

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 2,500円/月 ☆S会員は2,000円/月



## L02 ◎新体操ガールズ 幼児クラス

2024  
RENEWAL

〈対象〉  
幼児(年中・年長)

新体操の楽しさと、踊ることの楽しさを、みんなで感じ、笑顔溢れる教室にしましょう! 協調性を養い、向上心を高めていきます。

指導者 田中 由梨 射水市体操協会

時間 18:00～18:45

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター サブアリーナ

参加料 1,800円/月 ※手具代は別途



### 新体操ガールズ アドバンスクラス



新体操ガールズ 幼児クラス



新体操ガールズ 小学生クラス

## L03 ◎新体操ガールズ 小学生クラス

〈対象〉  
小学生

音楽に合わせて新体操を美しく楽しく踊りましょう!

指導者 石黒 菜々 With 女子新体操審判資格二種  
さなえおねえちゃん

時間 18:50～19:50 今年より時間変更

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター サブアリーナ

参加料 1,800円/月 ※手具代は別途



## L35 美姿勢ストレッチ

〈対象〉  
一般

肩こり、腰痛、股関節、膝の痛みなどにお悩みの方は、毎日の姿勢と歩き方から。痛み予防と美ボディのために、関節とインナーマッスルを整えます!

指導者 岡村 祥子 MUSELウォーキング & ライフ公認講師  
ミセスオブ・ザ・イヤー富山講師

時間 10:45～11:45

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月



Mrs of the year2022  
legend部門  
日本大会準グランプリ受賞

岡村先生

美姿勢ストレッチ



# スポーツ教室⑤

●貯筋教室 ●筋力教室 ●エアロ ●ヨガ  
●機能改善体操 ●ダンススポーツ 海老江CC教室 高校生 一般

## S24 らくらく貯筋教室

〈対象〉  
一般

エアロバイクや簡単な筋トレ、ストレッチなどで筋肉を貯筋しましょう。

指導者 近藤 朋佳 JSPO 公認スポーツコーチングリーダー

時間 9:30～10:30

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター トレーニングルーム

参加料 1,800円/月



## S26 いきいき筋力教室

〈対象〉  
一般

体力に自信がなくても大丈夫!マシンを使って、楽しく筋力をつけましょう。

指導者 近藤 朋佳 JSPO 公認スポーツコーチングリーダー

時間 10:40～11:40

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター トレーニングルーム

参加料 1,800円/月



## S13 シンプルエアロ&ボディリセット

〈対象〉  
高校生 一般

簡単なエアロビクスと、疲れが溜まった身体を回復してくれるストレッチです。

指導者 石川 彰子  
JDAC認定ダンス指導者  
(一財)日本コンディショニング協会  
ベーシックインストラクター

時間 19:30～20:30

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月



## S14 ソフトヨガ

〈対象〉  
一般

体力に自信のない方や初心者でも安心してご参加ください。やさしいヨガです。

指導者 稲積 敬子  
パワーヨガ、FTPマットピラティス  
機能改善体操・ヨガインストラクター-美温活リンパストレッチ@マスター講師  
バランスコーディネーション

時間 11:00～12:00

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月



## S12 ボディメイクヨガ

〈対象〉  
高校生 一般

理想的なボディラインを目指しましょう。呼吸と共に流れるように動き、柔軟性と筋力アップで美ボディに!

指導者 稲積 敬子  
パワーヨガ、FTPマットピラティス  
機能改善体操・ヨガインストラクター-美温活リンパストレッチ@マスター講師  
バランスコーディネーション

時間 19:50～20:50

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 研修室

参加料 1,800円/月



## S16 機能改善体操

〈対象〉  
一般

腰、肩、膝が軽く楽になります。身軽、気軽、手軽に行える3種エクササイズです!

指導者 稲積 敬子  
パワーヨガ、FTPマットピラティス  
機能改善体操・ヨガインストラクター-美温活リンパストレッチ@マスター講師  
バランスコーディネーション

時間 12:30～13:30

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,800円/月



## S07 ◎海老江CC/ 身体ひきしめエクササイズ

〈対象〉  
一般

いろんな動きを入れながら健康的に身体を引き締めます。代謝の良い理想のボディを目指します。

指導者 放生 靖子 健康運動指導士、ヨーガ療法士  
JDAC 認定ダンス指導者

時間 10:00～11:00

場所 海老江コミュニティセンター

参加料 1,800円/月



## L37 ダンススポーツ(社交ダンス)

〈対象〉  
一般

音楽に合わせて身体を動かします。個人の目的や体力に応じて動き、華麗なひとときを仲間と過ごしましょう。

指導者 島竹恵美子 A級技術認定指導員資格、三笠宮杯中部大会代表  
ダンススポーツ特定指導員  
島竹 逸郎 (国家公安委員会承認指導員プロ資格)

時間 13:00～14:30

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 大アリーナ他

参加料 1,500円/月



海老江CC教室

## S09 ◎海老江CC/ 代謝UPエクササイズ

〈対象〉  
一般

コア(体幹)トレーニングと柔らかいボール(ソフトジム)を使い筋トレします。代謝アップで自分の理想の身体を目指しましょう。

指導者 放生 靖子 健康運動指導士、ヨーガ療法士  
JDAC 認定ダンス指導者

時間 10:00～11:00

場所 海老江コミュニティセンター

参加料 1,800円/月



# スポーツ教室⑥



●健康運動 ●卓球 ●ハッスルランニング ●マラソン ●O-35サッカー ●バドミントン

小学生 中学生 高校生 一般

## L32 健康運動 A

〈対象〉  
一般

有酸素運動と筋トレを合わせ、音楽に合わせて楽しく健康づくりを!

指導者 近藤 朋佳 JSPO 公認スポーツコーチングリーダー  
運動インストラクター

時間 11:00 ~ 12:00

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,300 円/月

木

## L33 健康運動 B

〈対象〉  
一般

有酸素運動と筋トレを合わせ、音楽に合わせて楽しく健康づくりを!

指導者 近藤 朋佳 JSPO 公認スポーツコーチングリーダー  
運動インストラクター

時間 14:30 ~ 15:30

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,300 円/月

木

## L34 健康運動 C

〈対象〉  
一般

有酸素運動と筋トレを合わせ、音楽に合わせて楽しく健康づくりを!

指導者 近藤 朋佳 JSPO 公認スポーツコーチングリーダー  
運動インストラクター

時間 11:00 ~ 12:00

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター スタジオ

参加料 1,300 円/月

金

あったか家族応援隊!

## L39 ハッスルランニングクラブ

2024 RENEWAL

〈対象〉  
小1~小5 一般  
※応相談 親子参加可能

走る事は運動の基本です。一緒に楽しみながら、体力や走力を身に付けていきましょう。

指導者 守屋 済美 JSPO 公認スポーツリーダー  
アスリートフードマイスター

時間 18:30 ~ 19:30

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 2階ランニング走路(大アリーナ)

参加料 1,500 円/月

月

あったか家族応援隊!

## L21 卓球

〈対象〉  
小学生 中学生 高校生 一般  
親子参加可能

卓球に興味のある方、仲間と一緒にいい汗流しませんか!

指導者 荒垣 伸一 JSPO 公認スポーツコーチングリーダー  
射水市卓球協会 監事

時間 19:30 ~ 20:50 今年より時間変更

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 大アリーナ

参加料 1,100 円/月

水

あったか家族応援隊!

## L49 ハッスルランニングアドバンス

2024 NEW CLASS

〈対象〉  
小6~ 中学生 高校生 一般  
※応相談 親子参加可能

スポーツをするためのランニングとトレーニングにより、運動能力と基礎体力を上げていきましょう。

指導者 守屋 済美 JSPO 公認スポーツリーダー  
アスリートフードマイスター

時間 19:40 ~ 20:40

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 2階ランニング走路(大アリーナ)

参加料 1,500 円/月

月



島竹ペア ダンススポーツ



マラソンクラブ

フルマラソン2時間40分台のトップコーチがあなたの走りをサポートします!



守屋先生

## L16 マラソンクラブ

〈対象〉  
高校生以上

マラソンを完走できる体力と走力をつけていきます!基礎~タイム更新まで自分に合わせたレベルでOKです。

指導者 守屋 済美 JSPO 公認スポーツリーダー  
アスリートフードマイスター

時間 9:30 ~ 11:00 年間 12回コース  
★日程はHPに掲載

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター外周、新港の森公園等

参加料 500 円/月

日

## L14 O-35サッカー

〈対象〉  
一般  
35歳以上

初心者大歓迎!まだまだ元気なOっさん、もうひと頑張りしたいOっさん、一緒にサッカーしませんか!

指導者 長田 祐二 サークルリーダー

時間 19:00 ~ 21:30

場所 塚原小グラウンド・作道小体育館 (冬期間)

参加料 リーダー集金 詳細は事務局までお問い合わせください

土

## B01 バドミントン 一般

〈対象〉  
高校生 一般

気軽に相手を見つけてバドミントンを楽しめます。

指導者 竹内 富次 射水市バドミントン協会指導員

時間 19:00 ~ 20:50 今年より時間変更

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 大アリーナ

参加料 1,100 円/月

木



# スポーツ教室⑦

あつたか家族応援隊!

L20

## 空手道 〈選手コースと一般〉

〈対象〉  
小2(中級以上) 中学生 高校生 一般  
親子参加可能

一人ひとりの体力と能力に合った指導をします。爽快感ある「空手道」を始めてみませんか。選手コースでは、小・中・高・一般までが一緒に汗を流しています。

指導者 北 富次男 (公社)日本空手協会公認指導員 有段者  
(公財)全日本空手道連盟公認 有段者  
JSPO 公認コーチ 3

時間 19:30 ~ 20:45

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 剣道場

参加料 1,100円/月



●空手 ●バドミントン ●サッカー ●バレーボール 幼児 小学生 中学生 高校生 一般

L46

## キッズ空手(初級)

〈対象〉  
年長~小学生(初心者)  
親子参加可能

空手を通して身体能力を高めます!保護者のお手伝い歓迎します。

指導者 北 富次男 (公社)日本空手協会公認指導員 有段者  
(公財)全日本空手道連盟公認 有段者  
JSPO 公認コーチ 3

時間 18:30 ~ 19:20

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 剣道場

参加料 1,300円/月 保護者 700円/月



### 空手道 選手コース



### キッズ空手(中級)



空手道(中学生)

L19

## キッズ空手(中級)

〈対象〉  
小学生 中学生

空手を通して身体能力を高めます。まずは市民体育大会出場を目指します。

指導者 北 富次男 (公社)日本空手協会公認指導員 有段者  
(公財)全日本空手道連盟公認 有段者  
JSPO 公認コーチ 3

時間 18:15 ~ 19:10

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 剣道場

参加料 1,300円/月



B02

## ◎バドミントン 初級

〈対象〉  
小学生

※新規は4年生まで

バドミントンの基礎を楽しく学ぼう!

指導者 灘 宏昌 JSPO 公認スポーツコーチングリーダー  
射水市バドミントン協会指導員

時間 19:00 ~ 19:50 今年より時間変更

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 大アリーナ

参加料 1,100円/月 シャトル代 200円/月



バドミントン 選手

B05

## ◎バドミントン中学生コース

〈対象〉  
中学生

基礎をしっかり身に付け、技術の向上に取り組み、大会へ出場及び上位入賞を目指します。

指導者 朽木 進 中野 斉 JSPO 公認スポーツコーチングリーダー  
三浦 修 射水市バドミントン協会指導員

時間 19:00 ~ 21:00 今年より曜日・時間変更

場所 射北中学校体育館

参加料 1,300円/月 シャトル代 1,300円/月



B04

## ◎バドミントン 選手

〈対象〉  
小学生

公式試合への出場及び上位を目指します。(県登録費や試合参加費等が別途必要です)

指導者 灘 宏昌 JSPO 公認スポーツコーチングリーダー  
射水市バドミントン協会指導員

時間 【月】18:00 ~ 19:30 今年より時間変更  
【水木】19:00 ~ 20:50

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター  
大アリーナ サブアリーナ

参加料 3,400円/月 シャトル代 1,000円/月 ※大会参加費等別途



B06

## ◎バドミントン中学生クラブコース

〈対象〉  
中学生

地域スポーツ団体として中学生の大会に出場します。技術力を高め上位大会への出場を目指します。

指導者 朴木 政司 灘 宏昌 JSPO 公認スポーツコーチングリーダー  
高木 亮徳 小池 洋央 JSPO 公認バドミントンコーチ 1

時間 18:30 ~ 21:00 今年より時間変更

場所 射北中学校体育館 堀岡小学校体育館 ※会場の都合により変更あり

参加料 2,800円/月 シャトル代 (チーム集金)



L15

## バレーボール Jr

〈対象〉  
小学生

バレーボールの基本とルールを楽しく学び、選手を目指しましょう!

指導者 宮原 正博 向山由香子 JSPO 公認スポーツリーダー

時間 18:30 ~ 20:30

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 大アリーナ

参加料 1,100円/月 ※団体割引あり



# スポーツ教室⑧



●わくわく体育教室 ●バドミントン  
●体育の寺子屋 ●ジュニア体操 **幼児** **小学生**

**L100 「浜谷先生の」 わくわく体育教室** 2024 NEW CLASS 〈対象〉 年中～小学2年生

マット・跳び箱・鉄棒などの遊具を使い、全身で運動する楽しさを知り自分を信じる力を身につけます。

**指導者** 浜谷 和人 幼稚園教諭、保育士 日本バスケットボール協会公認コーチ

**時間** 【月】 17:40～18:20 月2回 24回コース  
【土】 16:00～16:40 ★日程はHPに掲載

**場所** 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 柔道場

**参加料** 1,800円/月

**月 土**



**L112 少年サッカー 基礎コース** 〈対象〉 小学生(1～3年)

ボールコントロールを身につけ、楽しくサッカーをしよう。

**指導者** 黒田 誠 日本サッカー協会C級コーチ JFA公認キッズインストラクター

**時間** 19:00～21:00

**場所** 作道小グラウンド・作道小体育館 (冬期間)

**参加料** 1,100円/月

**金**

**L111 キッズサッカー** 〈対象〉 幼児(年中・年長) 小学1年生のみ

初心者でも楽しくプレーできます。ボールを使いながらスキルアップを目指しましょう。

**指導者** 大野 浩伸 JFA C級サッカー指導員 JFA C級フットサル指導員

**時間** 17:00～18:00

**場所** 新湊アイシン軽金属スポーツセンター サブアリーナ

**参加料** 1,800円/月

**金**

**L113 ◎少年サッカー 選手コース** 〈対象〉 年長～小学生

試合に参加し、向上心、あきらめない心、協調性を育てます。選手として試合に出ます。まずは1ヶ月間無料お試しからどうぞ。

**指導者** 黒田 誠 日本サッカー協会C級コーチ JFA公認キッズインストラクター ※冬期間は変更する場合があります

**時間** 19:00～21:00

**場所** 作道小グラウンド・作道小体育館 (冬期間)

**参加料** 1,100円/月 ※チーム会費は別途(選手登録料・大会参加料等を含む)

**火 水 金**

**L05 体育の寺子屋(年少～年長)** 2024 RENEWAL 〈対象〉 幼児(年少～年長)

楽しくがメインの内容から“できた”の経験を通して、子ども達の可能性を引き出します。

**指導者** 亀田 一真 日本サッカー協会C級コーチ、幼児体育指導者2級 強度行動障害支援者、児童指導員

**時間** 17:00～17:50

**場所** 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 柔道場

**参加料** 1,800円/月

**土**

**L06 体育の寺子屋(小学生)** 2024 RENEWAL 〈対象〉 小学生

楽しくがメインの内容から“できた”の経験を通して、子ども達の可能性を引き出します。

**指導者** 亀田 一真 日本サッカー協会C級コーチ、幼児体育指導者2級 強度行動障害支援者、児童指導員

**時間** 18:00～18:50

**場所** 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 柔道場

**参加料** 1,800円/月

**土**



**L07 ジュニア体操(小学1～2年生)** 〈対象〉 小学生(1～2年) ※年長は要相談

跳び箱、マット運動、鉄棒の基本的な動作を楽しむ元気に身につけよう!体力向上やケガ予防にもオススメ!

**指導者** 橘 秀和 JSPC公認スポーツコーチングリーダー、日本体操協会公認審判員  
京谷 知季 射水市体操協会理事長、元国体優勝チームキャプテン

**時間** 19:00～19:45

**場所** 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 柔道場

**参加料** 1,500円/月

**月**

**L08 ジュニア体操(小学3～6年生)** 〈対象〉 小学生(3～6年)

ロングドやバク転など、色々な技にチャレンジ!体操がもっと好きに、もっと得意になれます!

**指導者** 橘 秀和 JSPC公認スポーツコーチングリーダー、日本体操協会公認審判員  
京谷 知季 射水市体操協会理事長、元国体優勝チームキャプテン

**時間** 20:00～20:45

**場所** 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 柔道場

**参加料** 1,500円/月

**月**



# スポーツ教室⑨

●バスケットボール ●ヨット ●テニス  
●ソフトテニス ●ラージボール卓球 **小学生** **中学生** **高校生** **一般**

## L01 バスケキッズI

〈対象〉  
小学生(1~4年)

学校、学年の枠を超えた仲間達と一緒に、楽しくミニバスの基礎を学びましょう。

指導者 長井健太郎 吉川 義之 日本バスケットボール協会 C級、E級コーチ  
時間 19:00 ~ 19:45 **水**  
場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 大アリーナ  
参加料 1,100円/月

## L04 バスケキッズII

〈対象〉  
小学生(5~6年)

学校、学年の枠を超えた仲間達と一緒に、実戦形式で楽しくミニバスを学びましょう。

指導者 長井健太郎 吉川 義之 日本バスケットボール協会 C級、E級コーチ  
時間 19:45 ~ 20:30 **水**  
場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 大アリーナ  
参加料 1,100円/月

## L17 ☆◎ジュニアヨット (ベーシックコース)

〈対象〉  
小学4年生~中学3年生

海が大好きな子、集まれ!  
風と波とヨットで楽しくセーリングしよう。

指導者 岡田一広 村井大航 JSPQ公認コーチ  
笹川莉奈  
時間 9:00 ~ 15:00 土・日・祝 10回/年  
場所 富山県新湊マリーナ **土 日 祝**  
参加料 1,100円/回 S会員 900円/回



## L41 中学バスケ 中学生コース 新設!

2024 NEW CLASS

〈対象〉  
中学生

バスケットボールの基礎練習をメインとして、個人のスキルアップを目指します。

指導者 吉川 義之 長井健太郎 日本バスケットボール協会 C級、E級コーチ  
時間 19:45 ~ 20:45 **月**  
場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 大アリーナ  
参加料 1,100円/月 ★ボールをご持参ください

## L47 ☆◎ジュニアヨット (アドバンスコース)

〈対象〉  
中学生

セーリングをより深く知るためのステップアップコースです。

指導者 岡田一広 村井大航 JSPQ公認コーチ 3  
村井美和子 笹川莉奈  
時間 9:00 ~ 16:00 **土 日 祝**  
土・日・祝 50回/年  
場所 富山県新湊マリーナ 射北中学校ヨット部合同  
参加料 1,100円/月 S会員 900円/月

## L27 テニス

〈対象〉  
一般

テニスを始めたい方から、しっかり練習したい方までお待ちしております。ガーネットクレイコートで快適にプレーできます。

指導者 三島 久幸 射水市テニス協会指導員  
藤 美津夫 JSPQ公認テニスコーチ 1  
時間 19:00 ~ 20:50 (4/10 ~ 10/30) **今年より時間変更** **水**  
場所 新湊テニスコート  
参加料 1,200円/月

## L25 あったが家族応援隊! ソフトテニス

〈対象〉  
小学3年生~ 中学生 高校生 一般  
親子参加可能

現在の参加者は小・中学生が中心ですが、大人も一緒にソフトテニスを楽しみましょう。

指導者 境 弘毅 堀 哲夫 (公財)日本ソフトテニス連盟公認指導者  
マスターレフェリー2名、技術等級1級1名  
渋谷 齊 針山 匡樹 2級審判員2名、JSPQ公認スポーツコーチングリーダー  
時間 18:00 ~ 19:20 **土**  
場所 新湊テニスコート・新湊アイシン軽金属スポーツセンター 大アリーナ (冬期)  
参加料 1,200円/月

## L26 ソフトテニス小学生 中級コース

〈対象〉  
小学生  
(ソフトテニス経験者)

ソフトテニスの基本を生かし、さらなるレベルアップを!試合で活躍できる選手を目指しましょう。

指導者 宮原 英通 住田 直子 JSPQ公認スポーツ指導者  
長原 和博 (ソフトテニス競技) **木 土**  
時間 19:00 ~ 20:50 4月~10月...木  
11月~3月...土 **今年より時間変更**  
場所 新湊テニスコート・新湊アイシン軽金属スポーツセンター サブアリーナ(冬期)  
参加料 1,200円/月

## L23 もっとラージボール卓球

〈対象〉  
一般

ラージボール卓球を楽しみながら、更なる技術向上を図ります!

指導者 荒垣 伸一 JSPQ公認スポーツコーチングリーダー  
射水市卓球協会 監事 **月**  
時間 9:30 ~ 12:00  
場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 大アリーナ  
参加料 1,000円/月 技術向上対象者 500円/月  
※詳しくは事務局までお問い合わせください

## L22 ラリーの続くラージボール卓球

〈対象〉  
一般

初めての方でも上手になります。楽しく汗をかき健康づくりをしましょう。

指導者 草 進 射水市卓球協会 理事 **木**  
時間 9:30 ~ 12:00  
場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 大アリーナ  
参加料 1,000円/月 技術向上対象者 500円/月  
※詳しくは事務局までお問い合わせください

# スポーツ教室⑩



●スポーツチャンバラ ●少年剣道 ●水泳 ●水中エクササイズ ●スキー ●STT ●紙バンド

小学生 中学生 高校生 一般

あつたか家族応援隊!

## L38 スポーツチャンバラ

〈対象〉  
小学生 中学生 高校生 一般  
親子参加可能

ルールは簡単。打ったら勝ち、打たれたら負け。誰でもすぐできます。

指導者 棚田 将夫 チャンバラ協会指導員

時間 19:30～20:30 今年より時間変更

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 柔道場

参加料 1,100円/月



## L18 少年剣道

〈対象〉  
小学生 中学生

日本の伝統文化である剣道を修行し、日本人の心について感じてみよう。

指導者 宮本 康博 剣道社会体育指導員

時間 19:00～20:50 今年より時間変更

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 剣道場

参加料 1,100円/月



## L30 ☆水泳

〈対象〉  
一般

楽しく・ながあ〜く・ビューティフルに泳ぎませんか!



指導者 亀田 市郎 JSPO 公認スポーツ指導者水泳コーチ2

時間 19:00～20:20 10回コース (4/13～6/29)

場所 海竜スポーツランド

参加料 11,000円/10回 S会員 10,000円



## L29 ☆水中エクササイズ

〈対象〉  
一般

プールで運動不足とストレスを解消!心身リフレッシュ!

指導者 伊藤 美香 JSPO 公認スポーツ指導者水泳指導員

時間 19:00～20:20 10回コース (10/12～3/15)

場所 海竜スポーツランド

参加料 11,000円/10回 S会員 10,000円



## L40 ☆スキー

〈対象〉  
小学生 中学生 高校生 一般  
親子参加可能

正しいスキー操作を覚える事が、上達への近道!リフト料金も参加料に含まれています。どんどん滑って上達しましょう。

指導者 SAJ 公認指導員

時間 7:30～16:00 (1月下旬～2月)

場所 牛岳温泉スキー場

参加料 詳細は11月中旬HPにて発表予定



## L24 サウンドテーブルテニス

〈対象〉  
一般 視覚障がい者

視覚障がい者の人も健常者の人も共に卓球を楽しみましょう!

指導者 塘添 誠次 富山県視覚障がい者協会 会長  
森 丞 富山県障がい者スポーツ指導員

時間 12:30～15:30

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 研修室

参加料 無料



# カルチャー教室

◎カルチャー教室は、入会金、年会費、保険料不要。参加料だけで参加できます!

あつたか家族応援隊!

## C104 ◎紙バンド手芸

〈対象〉  
小学生高年以上 中学生 高校生 一般  
親子参加可能

幅広い年代の方楽しめる手芸です。手作りの小物やバッグで、暮らしに彩りが添えられますように。

指導者 米島喜代美 一般社団法人日本生涯学習協議会「エコ手あみかごとバッグ」認定講師

時間 9:30～11:30 第1土曜 ※会場の都合により変更あり

場所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター 研修室 他

参加料 1,500円/回 ※材料費別途



紙バンド手芸

## 2023新湊カモンスポーツクラブ青少年育成事業 プロに教わるバスケットボール



プロ直伝!富山グラウジーズ  
とやま夢づくりスポーツ塾



〈口座振替推奨中!〉

新規ご入会の方は  
通帳とお届出印を  
お持ちください

# 新湊カモンスポーツクラブ 会員登録のご案内



以下の**合計金額**を年払いいただきます。

入会金 + 年会費 + 教室参加料 + 保険 = **合計金額**

S会員は  
3教室まで無料

**入会金** 1,000円

※新規入会時のみ

**早期入会・継続割引!**

2024年3月1日(金)~31日(日)までに  
手続きすると、

**年会費が2ヶ月分お得!**

**年会費**

まずはひとつから

活動会員	月割会費	1年分 (12ヶ月)	早期入会
幼児・小・中学生	300円	3,600円	3,000円
高校生	400円	4,800円	4,000円
一般	500円	6,000円	5,000円

ちょっとお得な!

S会員 (スペシャル会員)	月割会費	1年分 (12ヶ月)	早期入会
幼児・小・中学生	3,000円	36,000円	30,000円
高校生	3,200円	38,400円	32,000円
一般	3,500円	42,000円	35,000円

※4月以降のお申込みについては、申込み月から月割計算となります。

**教室参加料**

各教室により金額が違います。P3~P12をご覧ください。

S(スペシャル)会員は3教室まで無料!(4つ目からは参加料が必要)

**保険**

毎年必ず加入していただきます。

幼児・小・中学生	高校生・一般	60歳以上
年間 500円	年間 1,500円	年間 800円

活動中のケガで通院や入院をされた場合は保険が適用されます。  
万一事故が発生した場合は、1週間以内に事務局までご連絡ください。

## ◆新規入会方法

※お申し込み…新湊カモンスポーツクラブ事務局窓口にて、**申込書に記入**していただきます。

※お電話やメール等での入会はできません。3月中は早割年会費の適用となります。

※お支払い…口座振替推奨中です。窓口で**口座振替依頼書**に記入していただきます。振替にご利用の**通帳とお届け印**をお持ちください。金融機関からご自身指定の口座より**5月27日に振替**になります。

## ◆継続手続きの方法

※前年度**口座振替の方**…無条件で早割年会費の適用となり、自動継続になりますのでお手続き不要です。更新時に教室の追加や変更をされる場合は、電話、メール、FAXでOK! 5月27日に振替になります。

※前年度**現金でお支払いの方**…事前に郵送された継続申込用紙を添え、3月中に窓口にて**口座振替依頼書**に記入していただきます。**振替にご利用の通帳とお届け印**をお持ちください。5月27日に振替になります。

## ◆退会される方

※**3月31日までに必ず退会届**をご提出ください。前年度**口座振替の方**で退会される方が、期日までに退会届を提出されていない場合、継続されるものとして会費を振替させていただきます。なお、その場合の返金対応は原則致しません。



## トレーニング会員

月割会費	1,000円/月
1年分(12ヶ月)	12,000円/年
早期入会	10,000円/年
活動会員及びS会員の トレーニング参加料	500円/月

会員以外の方のトレーニング料金は1時間1回につき300円です。



♪あったかDANCE♪

カモンスポーツクラブは  
あったか家族を応援します!!!

スポーツの力でもっと楽しく!

あったか家族の愛ことは

「家族いっしょに**食事**、

**おしゃべり**、**お手伝い**」

(射水市教育委員会提唱)

「あったか家族応援隊!」教室に  
親子で申込むと

**親子割引(500円お得)**

※ペア合計より

## 会員特典

- 「天然温泉 海王」の入浴券が特別価格で購入できます!
- 小杉スポーツの商品が10%割引で購入できます!(除外品除く)
- 第一イン新湊の宿泊代が20%割引になります!
- 「道の駅新湊」「川の駅新湊」「海の駅 Shinminato Sazan」のコーヒーが特別会員価格になります!



# 2024年度 活動日カレンダー



〈2024年4月～2025年3月〉

開催 教室開催日 開催 海老江CC開催日 日付 休館日

・少年サッカー 基礎コースは学校利用のため、別スケジュールとなります。  
 ・テニス (4/10～10/30)、ソフトテニス (4/6～10/26) は毎週開催予定 (雨天時等は中止)。 } ※いずれもスケジュール連絡のためLINE登録が必要  
 ・わくわく体育教室は別スケジュールにつきHPをご覧ください。

2024 APR		4月				
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
						開催
7	8	9	10	11	12	13
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
14	15	16	17	18	19	20
開催	開催	開催	開催	開催	開催	
21	22	23	24	25	26	27
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
28	29	30				
昭和の日						

2024 MAY		5月				
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
					憲法記念日	みどりの日
5	6	7	8	9	10	11
こどもの日	振替休日		開催	開催	開催	開催
12	13	14	15	16	17	18
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
19	20	21	22	23	24	25
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
26	27	28	29	30	31	
開催	開催					

2024 JUN		6月				
日	月	火	水	木	金	土
						1
						開催
2	3	4	5	6	7	8
		開催	開催	開催	開催	
9	10	11	12	13	14	15
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
16	17	18	19	20	21	22
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
23	24	25	26	27	28	29
開催						
30						

2024 JUL		7月				
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	開催					開催
7	8	9	10	11	12	13
開催	開催	開催	開催	開催	開催	
14	15	16	17	18	19	20
海の日	開催	開催	開催	開催	開催	開催
21	22	23	24	25	26	27
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
28	29	30	31			
開催						

2024 AUG		8月				
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
					開催	開催
4	5	6	7	8	9	10
開催	開催	開催	開催	開催		
11	12	13	14	15	16	17
山の日	振替休日					
18	19	20	21	22	23	24
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
25	26	27	28	29	30	31
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催

2024 SEP		9月				
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	開催		開催	開催	開催	開催
8	9	10	11	12	13	14
開催	開催				開催	
15	16	17	18	19	20	21
敬老の日	開催	開催	開催	開催	開催	開催
22	23	24	25	26	27	28
秋分の日	振替休日	開催	開催	開催	開催	開催
29	30					
開催						

2024 OCT		10月				
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
13	14	15	16	17	18	19
スポーツの日	開催	開催	開催	開催	開催	開催
20	21	22	23	24	25	26
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
27	28	29	30	31		
開催						

2024 NOV		11月				
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
						開催
3	4	5	6	7	8	9
文化の日	振替休日	開催	開催	開催	開催	開催
10	11	12	13	14	15	16
開催	開催					
17	18	19	20	21	22	23
開催	開催	開催	開催	開催	開催	勤労感謝の日
24	25	26	27	28	29	30
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催

2024 DEC		12月				
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	開催		開催	開催	開催	開催
8	9	10	11	12	13	14
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
15	16	17	18	19	20	21
		開催			開催	開催
22	23	24	25	26	27	28
開催	開催	開催	開催	開催		
29	30	31				

2025 JAN		1月				
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			元日			
5	6	7	8	9	10	11
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
12	13	14	15	16	17	18
成人の日	開催					開催
19	20	21	22	23	24	25
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
26	27	28	29	30	31	
開催		開催	開催	開催		

2025 FEB		2月				
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
9	10	11	12	13	14	15
開催	建国記念日		開催		開催	開催
16	17	18	19	20	21	22
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
23	24	25	26	27	28	
天皇誕生日	振替休日	開催	開催	開催	開催	

2025 MAR		3月				
日	月	火	水	木	金	土
						1
						開催
2	3	4	5	6	7	8
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
9	10	11	12	13	14	15
開催	開催	開催	開催	開催	開催	開催
16	17	18	19	20	21	22
開催	開催	開催	開催	春分の日	開催	開催
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

※会場や器具のメンテナンス、または天候等により開催回数を満たすことができない場合があります。ご了承ください。