

○中学生が対象のスポーツ教室

中学生スポーツ活動推進事業を実施。中学生の休日部活動の段階的な地域移行に伴い、生徒の多様なスポーツ機会の確保を目的に各教室を実施します。

●柔道

時 10月12日・11月9日・12月21日・来年2月8日・3月8日の土曜5回、8時～10時  
 対 中学生、先着100人  
 ￥各1000円  
 場 ヤマト市民体育館前橋



●硬式テニス

時 10月12日・11月9日・12月14日・来年1月11日・2月8日・

**市民スポーツ祭**

●弓道大会（一般の部）(10月14日(月)、ヤマト市民体育館前橋)

詳しくは市スポーツ協会(☎027-289-0607)に問い合わせるか、同協会ホームページをご覧ください。

3月8日の土曜6回、9時～11時  
 対 中学生、先着20人  
 ￥各1000円  
 場 ミナミグリーンテニスクラブ(朝倉町)

申 以上の2つは9月30日(月)までにまえばしスポーツナビで。または同館(☎027・265・0900)へ



○各スポーツ教室

●中級者までの硬式テニス教室

詳しくは市テニス協会ホームページをご覧ください。



時 10月3日～11月21日の木曜8回、18時～19時15分  
 ②19時30分～21時  
 場 防災のE.S.M.I.O.三俣テニスコート  
 対 ①は小1～中3 ②は高校生以上先着各40人  
 申込書の配布は市テニス協会ホームページで

時 ①は5,600円 ②は8,000円  
 申 申込書に記入し、9月28日(土)16時(必着)までに同協会(朝日町二丁目)へ直接  
 問 同協会・竹田さん  
 ☎050・36999・6928  
 ●健康スポーツボウリング教室  
 時 10月18日～11月29日の金曜7回、14時～16時

○前橋総合運動公園

各種教室を開催します。  
 ☎027・268・1911

●エアロビクス  
 時 10月7日～28日の月曜6回、18時45分～20時45分  
 対 19歳以上の初中級者30人(抽選)

●ピラティス  
 時 ①10月7日～12月23日の月曜10回、②10月9日～12月11日の水曜10回、18時30分～20時  
 対 中学生以下を除く、各40人(抽選)

●ヨガ  
 時 10月7日～12月23日の月曜10回、①10時20分～11時50分 ②12時20分～13時50分  
 対 中学生以下を除く、各60人(抽選)

●やさいいヨガ  
 時 10月10日～12月12日の木曜10回、10時20分～11時50分  
 対 中学生以下を除く、50人(抽選)

●健康運動教室  
 時 10月2日～12月4日の水曜10回、10時～11時  
 対 中学生以下を除く、30人(抽選)



●太極拳

時 10月10日～12月12日の木曜10回、14時30分～16時 ②18時30分～20時  
 対 中学生以下を除く、各40人(抽選)



申 9月15日(日)までにまえばしスポーツナビで。または往復ハガキ(必着)で(各コース1人1通、ヨガは①②のいずれか)。教室名・コース・曜日・時間・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号を記入し、〒379・2107 荒口町437・2・前橋総合運動公園へ

○ヤマト市民体育館前橋

☎027・265・0900

●キックボクシング  
 時 9月27日～11月15日の金曜8回、19時～20時  
 対 中学生以下を除く、15人(抽選)

●新卓球(ラージボール)  
 時 10月2日～10月30日の水曜8回、9時30分～11時30分  
 対 中学生以下を除く、30人(抽選)

●健康運動教室  
 時 10月2日～12月4日の水曜10回、10時～11時  
 対 中学生以下を除く、30人(抽選)

●健康運動教室  
 時 10月2日～12月4日の水曜10回、10時～11時  
 対 中学生以下を除く、50人(抽選)

教室名	日時	定員
ヨガ	①10月8日～12月10日の火曜10回 ②10月9日～12月11日の水曜10回 ③10月5日～12月21日の土曜10回、10時30分～11時30分 ④10月11日～12月13日の金曜10回、13時30分～14時30分	各40人
コアダンス	10月11日～12月13日の金曜10回、10時30分～11時30分	各40人
ピラティス	10月11日～12月13日の金曜10回、19時～20時	各40人
エアロビクス	10月7日～12月23日の月曜10回、10時30分～11時30分	各40人
フラダンス	10月2日～12月4日の水曜10回、13時30分～15時	各40人
太極拳	10月8日～12月10日の火曜10回、13時30分～15時	各40人
ジャズヒップホップダンス	10月9日～12月11日の水曜10回、19時～20時	各40人
やさしい筋トレ	①10月7日～12月23日の月曜10回 ②10月8日～12月10日の火曜10回、19時～20時	各40人
バレトン	10月7日～12月23日の月曜10回、13時30分～14時30分	各40人
エアロビクス(しんしん大渡体育館)	10月8日～12月10日の火曜10回、10時30分～11時30分	各40人
アクアビクス	①10月15日～12月3日の火曜8回 ②10月18日～12月6日の金曜8回、10時20分～11時20分	各30人
健康温水プール浴	10月7日～12月16日の月曜8回、10時20分～11時20分	各30人
アクアフィットネス	10月16日～12月4日の水曜8回、10時20分～11時20分	各30人

教室名	日時	定員
ヨガ	①10月8日～12月10日の火曜10回 ②10月9日～12月11日の水曜10回 ③10月5日～12月21日の土曜10回、10時30分～11時30分 ④10月11日～12月13日の金曜10回、13時30分～14時30分	各40人
コアダンス	10月11日～12月13日の金曜10回、10時30分～11時30分	各40人
ピラティス	10月11日～12月13日の金曜10回、19時～20時	各40人
エアロビクス	10月7日～12月23日の月曜10回、10時30分～11時30分	各40人
フラダンス	10月2日～12月4日の水曜10回、13時30分～15時	各40人
太極拳	10月8日～12月10日の火曜10回、13時30分～15時	各40人
ジャズヒップホップダンス	10月9日～12月11日の水曜10回、19時～20時	各40人
やさしい筋トレ	①10月7日～12月23日の月曜10回 ②10月8日～12月10日の火曜10回、19時～20時	各40人
バレトン	10月7日～12月23日の月曜10回、13時30分～14時30分	各40人
エアロビクス(しんしん大渡体育館)	10月8日～12月10日の火曜10回、10時30分～11時30分	各40人
アクアビクス	①10月15日～12月3日の火曜8回 ②10月18日～12月6日の金曜8回、10時20分～11時20分	各30人
健康温水プール浴	10月7日～12月16日の月曜8回、10時20分～11時20分	各30人
アクアフィットネス	10月16日～12月4日の水曜8回、10時20分～11時20分	各30人

場 エメラルドボウル(国領町二丁目) 0円)と施設使用料  
 申 9月15日(日)までにまえばしスポーツナビで。または往復ハガキ(必着)で(各コース1人1通)。教室名(ヨガは①～④のいずれか)・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号を記入し、〒371・0854 大渡町二丁目3・11・しんしん大渡温水プール・トレーニングセンターへ

○しんしん大渡温水プール・トレーニングセンター

右表のとおり各種教室を開催します。  
 対 中学生以下を除く(健康温水プール浴は50歳以上。各抽選)  
 ￥各3,000円(エアロビクス(しんしん大渡体育館)は5,000円)

●バドミントン(午前)

時 10月22日～11月21日の火曜8回、10時～11時30分  
 対 中学生以下を除く、30人(抽選)



申 以上の4つは9月15日(日)までにまえばしスポーツナビで。または往復ハガキ(必着)で(1人1通。教室名・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・生年月日(西暦)・電話番号を記入し、〒371・0816 上佐鳥町460・7・ヤマト市民体育館前橋へ

●体力測定会

時 9月26日(木)・27日(金)、19時～20時30分  
 対 (20歳～64歳)先着50人(65歳～79歳)先着10人  
 申 9月20日(金)までに同館へ

○前橋産バラでアレンジメント

市内でバラの栽培と加工をするROSE ROS E・大谷さんを講師に、バラにまつわる講義を聞いたり、前橋産バラを使ったアレンジメントを作ったりします。  
 時 10月24日(木)13時～16時  
 場 永明市民サービスセンター  
 対 市内在住の人、9人(抽選)



●中公でスマホの使い方マスター  
 内容・時 ①アカウソントの管理はできていますか? ②スマホの基本と防災について ③Wi-Fiを使ってみよう! ④YouTubeを楽しもう! 10月18日(金)14時～16時  
 場 中央公民館  
 対 市内在住の人、①は15人、②～④は各20人(各抽選)  
 ￥①は3000円  
 申 9月25日(水)(必着)までにハガキで。郵便番号・住所・氏名・電話番号・希望のコース(①～④のいずれか)を記入し、〒371・0023 本町二丁目12・1・中央公民館「中公スマホ教室(10月分)係」へ  
 問 同館  
 ☎027・210・2199

