

スポーツふくしま

公益財団法人福島市スポーツ振興公社では、本紙「スポーツふくしま」のほか、ホームページやX(旧Twitter)などでスポーツ施設の利用情報等を随時お知らせしております。

2024冬 vol.102

編集・発行

公益財団法人 福島市スポーツ振興公社

〒960-8166 福島市仁井田字西下川原41-1 福島トヨタクラウンアリーナ内
TEL 024-539-5500

X (旧Twitter)

(公式)
@fuku_sportspc



Instagram

(公式)
@fukushimasportspc



YouTube



ホームページ

福島市スポーツ振興公社

検索



令和6年度スポーツ教室について

令和6年度のスポーツ教室を記載のとおり予定しております。
新規開催の教室も多数ございますので、ぜひご参加ください。

申込方法

申込につきましては、下記の3つの内いづれかからお願いいたします。

1

申込期間内に、スマートフォン・パソコン・タブレット等からウェブサイトにて申してください。下記のQRコード順をご活用ください。



一般対象



ジュニア対象



シニア対象



親子対象



各施設対象
(十六沼・信夫ヶ丘パーク
ゴルフ場開催)

2

LINEのお友達登録をしていただくと各教室の申込期間初日に案内が届き、そこから申込できます。



最新の教室開催予定。
申込もラクラク

3

参加申込書に必要事項を記入のうえ、FAX (024-535-4107)、また、来館 (NCV ふくしまアリーナ 福島市霞町4-45) にて申してください。

スポーツ教室参加申込書

【教室名: 教室】	申込日	年	月	日
ふりがな	性別	年齢	学校名(学年)	
参加者氏名	男・女	歳	学校(年)	
保護者氏名 ※親子教室の場合	【電話番号】※日中連絡のとれる番号			
住所				
備考	無・有(※レンタル希望等【ヨガマット・ラケット等】)			

ホームページよりダウンロードしてご利用ください。

※電話での受付はできませんので、
ご注意ください。

スポーツ教室年間予定

※教室の日程は、変更になる場合もございます。
 日程等未定の教室につきましては、決定次第、随時ホームページへ掲載いたします。
 最新の日程や講師は、福島市スポーツ振興公社のホームページや市政だよりでご確認ください。
 また、教室の内容や持ち物等もホームページをご確認ください。

大人向けスポーツ教室

ピラティス【初参加者限定】全6回

日程：5/7(火)・14(火)・21(火)・6/4(火)・11(火)・18(火)
 時間：10:00～11:30
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：18歳以上
 定員：30名 受講料：3,000円
 受付期間：4/8(月)～10(水)

ゆがみ改善ストレッチ 全6回

日程：8/20(火)・27(火)・9/3(火)・10(火)・17(火)・24(火)
 時間：10:00～11:30
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：18歳以上
 定員：30名 受講料：3,000円
 受付期間：7/22(月)～24(水)

ウェーブストレッチリング 全6回

日程：9/12(木)・19(木)・26(木)・10/3(木)・10(木)・17(木)
 時間：10:00～11:30
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：18歳以上
 定員：30名 受講料：3,000円
 受付期間：8/5(月)～7(水)

ボクシングエクササイズ 全6回

日程：10/1(火)・8(火)・15(火)・22(火)・29(火)・11/5(火)
 時間：19:00～20:30
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：18歳以上
 定員：30名 受講料：3,000円
 受付期間：9/2(月)～4(水)

ヨガ 全6回

日程：11/7(木)・14(木)・21(木)・28(木)・12/5(木)・12(木)
 時間：19:00～20:30
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：18歳以上
 定員：30名 受講料：3,000円
 受付期間：10/7(月)～9(水)

リンパマッサージエクササイズ 全4回

日程：1/9(木)・16(木)・23(木)・30(木)
 時間：10:00～11:30
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：18歳以上
 定員：30名 受講料：2,000円
 受付期間：12/9(月)～11(水)

アクティブエアロ 全6回

日程：1/14(火)・21(火)・28(火)・2/4(火)・18(火)・25(火)
 時間：10:00～11:30
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：18歳以上
 定員：30名 受講料：3,000円
 受付期間：12/9(月)～11(水)

ランニングクリニック 全6回

日程：未定
 時間：未定
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：18歳以上
 定員：30名 受講料：3,000円
 受付期間：未定

サッカーボールエクササイズ 全4回

日程：6/18(火)・25(火)・7/2(火)・9(火)
 時間：19:00～20:30
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：18歳以上
 定員：30名 受講料：2,000円
 受付期間：5/20(月)～22(水)

プロアスリート流 美ボディメイク 全5回

日程：8/28(水)・9/4(水)・11(水)・18(水)・25(水)
 時間：19:00～20:30
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：18歳～60歳未満
 定員：30名 受講料：2,500円
 受付期間：7/29(月)～31(水)

卓球 全6回

日程：9/24(火)・10/1(火)・8(火)・15(火)・22(火)・29(火)
 時間：10:00～11:30
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：18歳以上
 定員：40名 受講料：3,000円
 受付期間：8/19(月)～21(水)

ふれあい体験乗馬 全2回

日程：10月(予定)
 時間：未定
 場所：JRA 福島競馬場 対象：18歳～45歳
 定員：10名 受講料：1,000円
 受付期間：未定

大人の体力測定 全1回

日程：12/7(土)
 時間：13:30～終了次第
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：18歳以上
 定員：50名 受講料：1,000円
 受付期間：11/11(月)～13(水)

バドミントン(初心者)・(中級者) 全6回

日程：1/14(火)・21(火)・28(火)・2/4(火)・18(火)・25(火)
 時間：19:00～20:30
 場所：東部体育館 対象：18歳以上
 定員：各15名 受講料：3,000円
 受付期間：12/9(月)～11(水)

初心者女性ランニング 全6回

日程：未定
 時間：未定
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：18歳以上
 定員：30名 受講料：3,000円
 受付期間：未定



子ども向けスポーツ教室

総合ジュニアスポーツ 全24回

日程：7月～2月(予定)
 時間：未定
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：小学3～6年生
 定員：30名 受講料：12,000円
 受付期間：未定

ジュニア水泳Ⅱ 全6回

日程：7/31(水)・8/1(木)・2(金)・5(月)・6(火)・7(水)
 時間：10:00～11:30
 場所：中央市民プール 対象：小学1～3年生(初心者)
 定員：40名 受講料：3,000円
 受付期間：6/24(月)～26(水)

ジュニアふれあい体験乗馬 全1回

日程：10月(予定)
 時間：未定
 場所：JRA 福島競馬場 対象：小学5年生～高校生
 定員：10名 受講料：1,000円
 受付期間：未定

プロと遊ぶボール教室 全5回

日程：9/26(木)・10/10(木)・24(木)・11/7(木)・21(木)
 時間：18:30～20:00
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：小学2～6年生
 定員：30名 受講料：2,500円
 受付期間：8/26(月)～28(水)

ジュニア水泳Ⅰ 全6回

日程：7/22(月)・23(火)・24(水)・25(木)・26(金)・29(月)
 時間：10:00～11:30
 場所：森合市民プール 対象：小学1～3年生(初心者)
 定員：40名 受講料：3,000円
 受付期間：6/17(月)～19(水)

ジュニアナイター水泳 全6回

日程：7/31(水)・8/1(木)・2(金)・5(月)・6(火)・7(水)
 時間：18:00～19:30
 場所：森合市民プール 対象：小学4～6年生(25m泳げる方)
 定員：40名 受講料：3,000円
 受付期間：6/24(月)～26(水)

コーディネーショントレーニング 全6回

日程：10/11(金)・18(金)・25(金)・11/8(金)・15(金)・22(金)
 時間：17:00～18:30
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：小学1～3年生
 定員：30名 受講料：3,000円
 受付期間：9/9(月)～11(水)

ドッジボール 全4回

日程：11/29(金)・12/6(金)・13(金)・20(金)
 時間：18:00～19:30
 場所：NCV ふくしまアリーナ 対象：小学1～4年生
 定員：30名 受講料：2,000円
 受付期間：10/28(月)～30(水)