



(公財)黒部市体育協会

第135号

発行日 令和3年(2021年)11月1日

発行：公益財団法人 黒部市体育協会
〒938-0041 黒部市堀切1142番地
黒部市総合体育センター内
TEL 57-2300 FAX 57-2323
<http://www.kurobe-taikyo.jp/>

編集：(公財)黒部市体育協会
印刷：共栄印刷株式会社

KUROBEスポーツファミリー運動教室(高校生以上対象) Ⅲ期(12月～3月)参加者を募集します!

KUROBEスポーツファミリー教室は「いつでも」、「誰でも」、「気軽に」運動が楽しめることを目的に、月曜日から土曜日まで、計47運動教室を実施しております。教室の内容や時間帯、運動強度については館内に設置しているパンフレットをご確認ください。ご自身のライフスタイルに合った教室に参加し、会員の皆さんと楽しく運動習慣を身につけましょう。

※なお、新型コロナウイルス感染症防止のため、Ⅲ期申込前に実施しております運動教室体験は「中止」します。

◆受付期間/11月5日(金)～11月19日(金)

◆申込み・問合せ/総合体育センター 57-2300

カラダ整え系 14教室

- ・アロマ自力整体[昼・夜]
- ・太極拳[初級・中級・上級・夜]
- ・癒しのヨガ
- ・バレエストレッチ
- ・ピラティス ・ヨガ など

健康体づくり系 6教室

- ・健康ウォーキング
- ・ノルディック・ウォーキング
- ・楽々ステップ
- ・えあろびくす★ストレッチ など

ガッツリ汗だく系 8教室

- ・簡単エアロエクササイズ
- ・ステップUP ・ゴーゴーエアロ
- ・Happy★コア運動
- ・温活ヨガ ・Hotピラティス
- ・ズンパゴールド など

プール系 10教室

- ・ライフスイミング[初級・中級]
- ・アクアビクス
- ・ベビースイミング
- ・ナイトスイミング など

球技を楽しむ系 5教室

- ・テニスクラブ
- ・きときとクラブ
- ・軽スポーツ運動
- ・元気づくり
- ・健やかクラブ など



サークル系 4教室

- ・ビーチ倶楽部
 - ・卓球倶楽部 など
- ※指導者はつきません



主な教室紹介

ナイトスイミング

指導者：高木 修・中村 英男 (水泳コーチ)

初心者から中級者向けの水泳教室です。週末の夜、水の中で心身ともにリフレッシュして、夜もグッスリ快眠を目指しましょう!



曜日	時間	定員	受講料
土	19:15 ~ 20:30	20名	4,200円/期

ステップUP

指導者：橋本 早苗

踏み台を昇り降りする運動です。バランス力や脚力が向上するとともに、引き締めが期待できます。さあ、音楽に合わせてみんなでシェイプアップ!



曜日	時間	定員	受講料
月	18:45~19:25	30名	5,200円/期

黒部の自然体験 キャンプ&サバイバル体験を開催!!

新型コロナウイルス感染拡大に伴い延期していた「黒部の自然体験 キャンプ&サバイバル体験」を10月2日(土)、グリーンパークおおしまにて開催しました。

当日は、25名の参加者が釣り竿作りから魚を食べることまで自力で挑戦するサバイバル体験を行いました。

今回のイベントを通じ、火を起こす大変さや生き物の命をいただく有難さを学ぶなど、普段は味わえない貴重な経験となりました。



新割りの様子



魚釣りの様子



魚さばきの様子



魚を焼いている様子

がんばる仲間たち アクアジュニア

アクアジュニアは今年で創部9年目になりました。現在は中学女子1～3年生までの計12名で活動しています。

メインで指導に当たるのはKUROBEアクアフェアリーズGMとKUROBEアクアフェアリーズOG2名です。

また、現在のKUROBEアクアフェアリーズ監督、選手も年に数回訪れ、交流会や指導にあたります。

バレーボールの最高峰で活躍している選手や過去に活躍していた選手など他では教えてもらえないような実体験を踏まえたアドバイスでより高い技術やメンタルを養うことができます。今年度は創部初の県大会優勝を果たすなど少しずつ結果も残しています。

もっともっとたくさんの子供たちにバレーボールの楽しさを知ってもらい、バレーボールをする上で1番大切な、仲間を思いやる気持ちを大事にしながら明るく、楽しく今後も活動していきたいと思えます。



ジュニアスイミングスクールのびのびコース生徒募集!

泳力に応じてカメ・カニ・クジラ・イルカの班に分かれて練習します。楽しく4泳法を学びましょう。申込み受付中です!

- ◆開催日…木曜日
 - ◆時間…19:00～20:00
 - ◆受講料…3,000円/月(スポーツファミリー年会費込)
 - ◆対象…小学生(定員60名 先着順)
 - ◆指導者…筒井 まつい(日泳協公認水泳上級指導員)他
- 詳細は「温水プール」までお問合せください。
申込み・問合せ/温水プール 57-2318



年末年始の休館日 全館 12月28日(火)～翌年1月4日(火)

体育センター行事予定(11・12月)

月	日・曜日	大会名	場所
11	3(水)	エコチル富山かけっこ教室 in 黒部	メイン
	6(土)	黒部カップジュニア卓球大会	メイン
	13(土)	青空カップ	サブ
	20(土)・21(日)	三日市区民ピンポン大会 富山県秋季U12富山新聞杯リーグ戦	サブ メイン・サブ
12	4(土)・5(日)	Vリーグ黒部大会	メイン
	11(土)・12(日)	黒部カップ選抜中学バスケットボール大会	メイン・サブ
	18(土)・19(日)	第6回かがやき大会	メイン・サブ
	25(土)・26(日)	kurobeカップU-11、U-10(フットサル)	メイン・サブ