

2019年度 シュニアスポーツ教室年間計画表

No.	月	日		内 容	時間・会場（予定）	講 師（予定）	
1	4月	27	運動会向け	動きづくりと短距離走①	10:00～11:30 寺泊スポーツセンター	新潟スポーツアクト指導員	
2	5月	11		動きづくりと短距離走②	"	新潟スポーツアクト指導員	
3	6月	8	お楽しみ	ヨネックスレディス観戦ツアー※別紙案内参照	9:00～12:30 ヨネックスカントリークラブ	ヨネックスカントリークラブスタッフ	
4	6月	15	球技に親しもう	ナイター野球教室 プロの気分でやってみよう	19:00～20:30 海浜公園野球場	寺泊野球連盟	
5	6月	29		ドッジボール	10:00～11:30 寺泊スポーツセンター	新潟県ドッジボール協会	
6	7月	7(日)	海と砂浜に親しもう	カヌー、ボート、サップ 海に漕ぎだそう①	9:30～12:00 松沢町艇庫付近	新潟県カヌー協会	
7	7月	21(日)		カヌー、ボート、サップ 海に漕ぎだそう②	水族博物館出前出張 海の生き物を観察しよう	"	新潟県カヌー協会 寺泊水族博物館 青柳館長
8	7月	27		ビーチスポーツ体験会 テニス・サッカー・バレーなど	9:00～13:00 寺泊ビーチスポーツコート	日本ビーチテニス連盟 新潟県ビーチバレーボール連盟他	
9	8月	24	お楽しみ	ゴルフをちょっぴり体験 ヨネックスカントリークラブに行ってみよう！	15:00～17:00 ヨネックスカントリークラブ	ヨネックスカントリークラブスタッフ	
10	9月	14		動きづくりとランニング マラソン大会に向けて	10:00～11:30 寺泊スポーツセンター	長岡市陸上競技協会 川上美彦さん	
11	9月	23(祝)	ワー 合 れ ド カ ッ プ に	ラグビー①	10:00～11:30 海浜公園多目的広場	新潟県国体監督 伊藤清さん 女子選手の皆さん	
12	10月	12		ラグビー②	楕円形のラグビーボールは、 運動神経のバランス感覚を育 むことができるスポーツです。	"	新潟県国体監督 伊藤清さん 女子選手の皆さん
13	10月	26		ラグビー③		"	新潟県国体監督 伊藤清さん 女子選手の皆さん
14	11月	9	縄 体 跳 び 操	跳び箱とマット運動 コツをつかもう！	10:00～11:30 寺泊小学校	新潟スポーツアクト指導員	
15	11月	30		縄跳び	10:00～11:30 寺泊スポーツセンター	新潟スポーツアクト指導員	
16	12月	14	楽 し み ま し よ う	スポーツ鬼ごっこ	"	地域おこし協力隊 辰田 寛さん	
17	2月	16(日)		子どもスキーツアー ※別途参加費必要 他地域の子ともと交流しよう	8:00～17:00 古志高原スキー場	古志高原スキー学校指導員	
18	3月	7		バドミントン	10:00～11:30 寺泊スポーツセンター	刈羽ジュニアクラブ 長谷川さん	

- 内容、開催日、会場が変更になることがあります。ご了承ください。
参加者には、事前に連絡をいたします。
 - 1年を通して参加のほかに、興味のある教室のみに参加も可能です。
 - お休みする時は、
前日までに メールまたは電話で欠席連絡をてらスポ！までお願いします。