

前沢いきいきスポーツランド

令和5年度

スポーツ教室 参加者募集!

令和5年4月1日(土)より施設運営を行う水沢スポーツクラブ株式会社です。
地域みなさまに愛される施設づくりを目指していきます。
ご愛顧のほどよろしくお願いいたします。

※4月1日(土)臨時休業となります。4月2日(日)より営業を再開いたします。

お申し込み方法と
教室の詳細は
ウラ面をご覧ください。
また、お問い合わせは
0197-23-4139
水沢スポーツクラブ本店まで
お願いいたします。

※前沢いきいきスポーツランドへの
直接のご連絡はお控えください

いわてグルージャ盛岡サッカースクール



バスケットボール SHINYA SCHOOL アイ



講師：千葉 慎也

ピラティス



講師：鈴木 美智代

楽々楽しい脳活運動



営業時間

B&G 海洋センター 体育館

ミーティングルーム

9:00—21:00

トレーニングルーム

多目的グラウンド

※4月より使用時のみ照明を設置します

5:00—21:00

テニスコート

野球場

プール

夏場のみ営業

前沢いきいきスポーツランド

〒029-4201 奥州市前沢字阿部館 27 番地 1
info@ikispo.mizuspo.co.jp

指定管理者：水沢スポーツクラブ株式会社

お問い合わせ

お問い合わせの際は
下記水沢スポーツクラブまでお願いいたします。

0197-23-4139

お電話受付時間 9:00—18:00



子ども向け教室

教室名	内容	曜日	時間	定員	対象	料金(税込)
いわてグルージャ盛岡 幼児サッカースクール	歩く・走る・投げる・蹴る・跳ぶなどの基本要素が組み込まれた 反復運動を取り入れたカリキュラムを年間通じて行います	金	16:00—16:50	20名	4歳以上の未就学児	入学金：¥11,000 年会費：¥4,400 月会費：¥5,500 スクールウェア： ¥4,900—
いわてグルージャ盛岡 U9 サッカースクール	基本要素の練習と神経系を刺激し本格的思考能力を 生み出す運動を取り入れたカリキュラムを行います	金	17:00—17:50	20名	小学1—3年生	
いわてグルージャ盛岡 U12 サッカースクール	技術習得を重点的にを行い、 技術面とゲームをリンクしたカリキュラムを行います	金	17:00—17:50	20名	小学4—6年生	
バスケット SHINYA SCHOOL I(アイ) 小学3—6年生	スポーツを通じて、メンタル面や コミュニケーション能力を高めつつ、 個人のスキルを向上し、 試合で使える技術指導を中心に行います	水	17:00—19:00	40名	小学3—6年生	入会金：¥5,000 月会費：¥6,000
バスケット SHINYA SCHOOL I(アイ) 中学1—高校3年生		水	19:00—21:00	20名	中学1—高校3年生	
幼児 スポーツレクリエーション		木	15:30—16:30	15名	4歳以上の未就学児	¥700 × 月開催回数
小学1—4年生 スポーツレクリエーション	年間を通じて様々なスポーツを行い 基礎体力や技術を磨きます 4—6月 陸上、7—8月 水泳 ※9月以降は7月に公表します	木	16:30—17:30	10名	小学1—4年生	¥700 × 月開催回数
小学5—6年生 スポーツレクリエーション		木	17:30—18:30	20名	小学5—6年生	¥700 × 月開催回数

一般向け教室

教室名	内容	曜日	時間	定員	対象	料金(税込)
楽々楽しい脳活運動	楽しく体を動かしながら脳からの命令を末端まで伝える 年齢を問わない転倒予防ややる気を盛り上げる運動を行います	火	9:30—10:30	20名	18歳以上の方	¥700 × 月開催回数
膝痛腰痛肩こり改善教室	各関節を支える筋肉向上を目的とした運動を行い、 体力向上を目指します	火	11:00—12:00	20名	18歳以上の方	¥700 × 月開催回数
ピラティス(昼)		火	15:30—16:30	20名	18歳以上の方	¥700 × 月開催回数
ピラティス(夜)	胸式呼吸で交感神経を刺激しながら、身体の深部にある インナーマッスルを鍛えるトレーニングを行います	水	19:30—20:30	20名	18歳以上の方	¥700 × 月開催回数
ノルディックウォーキング	四季折々の季節を感じながら、 ノルディック用ポールを使用し全身運動を行います	水	10:00—11:30	20名	18歳以上の方	1回 ¥700
楊名時太極拳	「心・息・動」の調和(調心・調息・調身)を目指す ゆったりとした動きを取り入れた健康運動を行います	金	9:30—11:00	20名	18歳以上の方	1回 ¥700
パークゴルフ教室	パークゴルフの基礎知識や基本動作を学びながら、 楽しくラウンドをまわります	月1回	10:00—12:00	20名	18歳以上の方	1回 ¥1,000

お申し込み方法

WEBサイトからお申し込みの場合

1. QRコードを読み込み、フォームより回答をお願いします。
2. メールアドレスを入力
3. 名前、住所、連絡先を入力
4. 性別を選択
5. 生年月日(西暦)を入力
6. 教室名をリストより選択
7. 回答を選択
8. 回答内容が2で入力したメールアドレスに返信があります。



申込フォーム

WEB 申込期間
3/21—4/4

4/5(日)以降に
info@ikispo.mizuspo.co.jp
よりご連絡いたします。

※返信時アドレス: "Google フォーム" forms-receipts-noreply@google.com

はがきでお申し込みの場合

〈オモテ〉

〈ウラ〉

郵便はがき

63円
切手

0230806

水沢スポーツクラブ
スポーツ教室募集担当
宛

奥州市水沢日高西7番地

1. 名前
2. 住所
3. 連絡先
4. 性別
5. 生年月日、年齢
6. 教室名(曜日)

はがき申込期間
3/21—4/4

4/5(日)以降に
0197-56-7290より
ご連絡いたします。

(注)前沢いきいきスポーツランドへの郵送はしないでください。