

平成26年度 新潟市陸上競技場 スポーツ教室開催予定表

全 12 教室 44 コマ ※( )は予備日

※他に入場料(大人200円)が必要

教室数	No.	教室名	期	日程										曜日	時間	講師	対象	定員	費用 (参加料)	内容	申込 方法	決定 方法	回数	会場										
				予備	1	2	3	4	5	予備	予備																							
1	1	ボールウォーキング	春		5/19	6/2	6/9					(6/9)	(6/16)	月	10:00-11:30	遠藤恵子	15歳以上 (中学生除く)	30	1,000円	専用のボールを使用することで、上半身の筋肉を積極的に使うことができ、運動効果を向上させます。また関節への負担も軽減され取組やすくおススメです。	事前申込 (メール・FAX・ハガキ・窓口)	責任抽選	3	トラック										
	夏																														0			
1	秋			8/25	9/1	9/8						(9/22)	(10/6)														1,000円						3	
	冬																																0	
1	2	ナイタージョギング	春		5/12	5/19	6/9	6/16	6/23	6/30				月	19:00-20:30	市陸協	15歳以上 (中学生除く)	100	1,500円	ジョギングの基礎から応用まで経験やレベルに応じて、初級・中級・上級に分かれて取り組めます。	事前申込 (メール・FAX・ハガキ・窓口)	責任抽選	5	トラック										
	夏																															0		
1	秋			8/18	8/25	9/1	9/8	9/29	(9/22)	(10/6)																	1,500円						5	
	冬																																0	
1	3	レディースジョギング	春		5/13	5/20	6/10	6/17	6/24	7/1				火	10:00-11:30	スタッフ (アルビ)	15歳以上の女性 (中学生除く)	30	1,500円	ジョギング入門編です。女性のためのクラスですので安心してご参加いただけます。楽しく美しく走りましょう。	事前申込 (メール・FAX・ハガキ・窓口)	責任抽選	5	トラック										
	夏																																0	
1	秋			8/26	9/2	9/9	9/16	9/30	(10/7)																		1,500円							5
	冬																																	0
1	4	ウォーキングクリニック	春		6/18	6/25	7/2							水	10:00-11:30	スタッフ (アルビ)	15歳以上 (中学生除く)	30	1,000円	普段のウォーキングをさらに効果的にするために、ウォーキングの基礎から応用まで楽しく学びます。	事前申込 (メール・FAX・ハガキ・窓口)	責任抽選	3	トラック										
	夏																																	0
1	秋		(8/27)	9/3	9/10	9/17						(10/1)															1,000円							3
	冬																																	0
1	5	シニアジョギング	春		5/15	5/29	6/5	6/12	6/19	(7/3)				木	10:00-11:30	スタッフ (アルビ)	中高齢者	30	1,500円	ジョギング入門編です。健康管理にジョギングを取り入れませんか。同世代の仲間たちと楽しくはしゃぎましょう。	事前申込 (メール・FAX・ハガキ・窓口)	責任抽選	5	トラック										
	夏																																	0
1	秋			8/28	9/4	9/11	9/18	10/2	(10/9)	(10/23)																	1,500円							5
	冬																																	0
1	6	かけっこ(土) 単発全1回	春		5/31									土	14:00-15:00	スタッフ (アルビ)	走ることが苦手な小学生	20	600円	目指せ運動会で1番! かけっこを通じて、運動の楽しさを体感させてあげましょう。	事前申込 (メール・FAX・ハガキ・窓口)	責任抽選	1	トラック										
	夏																																	0
1	秋			9/6																							600円							1
	冬																																	0
			春																						0									
			夏																						0									
			秋																						0									
			冬																						0									

【セット料金導入教室】

セット料金①	セット教室	期	セット料金	内容	備考
セット料金①		春			
		夏			
		秋			
		冬			
セット料金⑥		春			
		夏			
		秋			
		冬			

【その他割引、皆勤賞】

名称	対象	割引率	対象教室	備考



更新: 2014/2/21小林

### 平成26年度 トレーニングセンター スポーツ教室開催予定表

全 5 教室 24 コマ

※体カテストは入場料(250円)が必要

教室数	No.	教室名	期	日程															曜日	時間	講師	対象	定員	費用 (参加料)	内容	申込方法	決定方法	回数	会場	
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15												
1	1	スポーツメディカル カウンセリング	春	6/14	会場: 西総合															土	15:00- 17:00	スポーツ医 学研究会	小学生以上 ※中学生以下は保護者同伴	20	無料	スポーツによるケガ等の悩みに、専門の医 師、理学療法士が問診、処方を行います。	事前申 込	先着 順	1	鳥体 東ス トレ コス
1	夏		8/30	会場: トレセン																										
1	秋		10/4	会場: 鳥屋野																										
1	秋		11/22	会場: 東総合																										
1	2	体カテスト	春	4月を除く 通年 (年20コマ程度予定) ※1予約のみ ※翌月分まで予約可能															水	13:30- 16:00の 内2時間 程度	職員1	15歳以上 (中学生除く)	最大2名	無料	筋力・柔軟性・持久力など測定し5段階で評 価します。	要予 約	先着 順	20	トレ セン & 会 議室	
	夏																													
	秋																													
	冬																													
			春																								0			
			夏																								0			
			秋																								0			
			冬																								0			

### 更新履歴(26年度 トレーニングセンター スポーツ教室開催計画一覧)

更新内容	更新日	更新者
1 メディカルカウンセリング日程確定	2014/2/21	直人
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		

## 第7回 リレーフルマラソン in 新潟市陸上競技場 開催要項 (案)

1. 目的 ランニングを通じた健康増進と自己への挑戦、地域の連帯感や活力の増進など、地域社会の活性化を目的として、仲間や親子と楽しく気軽に参加でき「スポーツの楽しさ」を味わうことができるイベントを開催する。
2. 主催 公益財団法人新潟市開発公社
3. 共催 新潟市陸上競技協会 (予定)
4. 後援 新潟市、新潟市教育委員会、公益財団法人新潟市体育協会 (いずれも予定)
5. 協賛 (未定)
6. 協力 新潟県接骨医師会 (予定)
7. 日時 平成 26 年 9 月 20 日 (土) 16:00~21:00
8. 内容 1 周 400mのトラックをタスキリレーし、チームとして 42.195 km (105 周+195m) を完走する ※16:00 スタート 5 時間制限  
周回およびタイムは専用チップで計測
9. 会場 新潟市陸上競技場 (新潟市中央区一番堀通町 3-1)
10. 参加資格 1 チーム 4 人から 10 人の自走できる小学 4 年生以上の健康な男女  
※未成年者は保護者の同意が必要  
※中学生以下の参加者は当日保護者の同伴が必要
11. 定員 50 チーム (1 チーム 4~10 名) ※先着順とし、定員になりしだい締切
12. 申込期間 平成 26 年 7 月中旬~8 月中旬
13. 参加料 1 人:1,500 円 (保険料含む)
14. 申込方法 専用申込用紙に必要事項を記入の上、参加料と一緒に陸上競技場へ申し込む
15. 表彰 ・チーム賞 (1~6 位) ・衣装賞 ・大会を盛り上げたチーム賞  
・レディース賞 (女性のみで構成されたチームの中で最も早くゴールしたチーム) ・シニア賞 (全員 60 歳以上で構成されたチームの中で最も早くゴールしたチーム) ・小学生混合チーム賞 (4 人以上の小学生と大人で構成されたチームの中で最も早くゴールしたチーム) ・参加賞 ※いずれも予定
16. 問合せ 新潟市陸上競技場 (〒951-8132 新潟市中央区一番堀通町 3 番地 1)  
TEL 025 (266) 8111 FAX 025 (266) 8116  
メール [kyogi.jyo@niiigata-kaikou.jp](mailto:kyogi.jyo@niiigata-kaikou.jp)