

短期教室のお知らせです!!

冬場の運動不足、ストレス解消、脂肪燃焼をステップを使ったエクササイズを楽しみながら行います!!

レッツ!スターティン!!

ステップエクササイズ教室

申込締め切りは
1月20日(月)まで

期間：1/23～3/12 毎週木曜日 全8回

時間：19:30～20:30

講師：安井加奈子先生

場所：能代市総合体育館「格技場」

対象：一般女性 参加料：3,000円

定員
20名



500円で体験できます。

●持ち物は、動きやすい服装、内ズック、タオル、飲み物●初心者の方でも気軽に楽しめます。

スポーツ教室お申し込み方法

能代市総合体育館まで、参加費用を添えて、参加申込書を提出してください。
スポーツ保険加入のため、電話でも受付いたしますが、教室開始前に窓口で参加費用をお支払いください。
連絡先問い合わせはTEL 0185-54-3607。

スポーツクラブのしろからのお知らせ

クラブイベント第2弾
「年末だよ! 全員集合!!」
が開かれました

12月14日にクラブ会員の交流イベント第2弾「年末だよ! 全員集合!!」が能代市総合体育館の研修室で行われました。

違う教室に参加している会員同士もすぐに打ち解け、お弁当を食べながら談笑をし、レクリエーションゲームでは笑い声が響き、賞品をもらうたびに拍手が起き、皆さん楽しく交流を深めた様子でした。

2020年度会員の更新手続きが3月から始まります!!

年会費	幼児(未就学児)	2,000円	小学生・中学生	2,500円
(スポーツ傷害保険料含む)	高校生・一般	3,500円	高齢者(65歳以上)	3,000円

※ 家族で入会の場合、1人につき500円引いた額になります。

2019年度
の会員数が
200名達成
しました

●入会申込書に必要事項を記入の上、年会費を添えて、下記事務局までお申し込みください。●各コースへの参加には別途で月額料金がかかります。

入会特典あります

詳しくは、ホームページまたは
電話でお問い合わせください。

スポーツクラブのしろ

TEL 0185-88-8454 / FAX 0185-88-8526
<http://www.noshiro-sports.info/club.html>

各施設休館日のお知らせ

能代市総合体育館 12/28～1/4
土床体育館 12/28～1/4
荷上場体育館 12/29～1/3

B & G 海洋センター 12/29～1/3
二ツ井町総合体育館 12/29～1/3

あなたもまちのスポーツサポーターになれます!

賛助会員募集中!

市民の皆さんのスポーツに対する幅広いニーズに応えるべく、様々な活動を展開しております。ご支援をよろしくお願いいたします。

入会のお手続き

下記のお問い合わせ先にご連絡ください。申請書及び振込用紙をお送りします。

入会金

個人会員：1口/年間7,000円 法人会員：1口/15,000円

お問い合わせ先



NPO法人能代市体育協会 事務局

TEL 0185-88-8454/FAX 0185-88-8526