

2024年度

## スポーツ教室案内

### 栃木スポーツネットの役割

- ①スポーツによる豊かなふれあい
- ②青少年スポーツの充実
- ③健康体力づくり

月謝及び年会費は消費税込みの価格となっております。

### 大平南体育館で活動する教室

#### ☆小学生バスケットボール 毎週土曜日 17:00～18:30

月謝：2,200円/月、体験：4/27(土)、初回：5/11(土)  
初心者からOK。基礎から技術指導をします。バスケットボールを通して児童の健康な精神や体力を育成します。**中央小教室(毎週水曜日17:30～)もあります。**  
両方の教室に参加する場合月謝は4,200円になります。



#### ☆新体操 毎週火曜日・土曜日(週1回でも2回でも選択可) 毎週火曜日 18:30～20:00 毎週土曜日 10:30～12:00

月謝：週1回4,200円、週2回は7,000円/月  
体験：4/23(火)・5/4(土)、初回：5/11(土)・5/14(火)  
新体操は姿勢が良くなり、バランスの取れた身体を作ることが出来ます。またリズム感や表現力も豊になります。**中学生になってもやりたい人は継続参加できますよ。**



#### ☆体操 毎週土曜日 9:00～10:00

月謝：4,200円/月、体験：4/27(土)、初回：5/4(土)  
跳び箱、マット、鉄棒、トランポリン等を駆使して、体操が楽しく、得意になるように指導します。ある程度のスキルができた人には、転回、バック転などにも挑戦していきます。



#### ☆ヒップホップダンス 毎週火曜日①17:30～18:30 ②18:30～19:30

月謝：4,200円/月、体験：4/23(火)、初回：5/14(火)  
プロによるダンスの指導です。①は初級者②は経験者対象で2クラスで実施します。挨拶、礼儀はもちろん、ダンスを通して、頭、体、心を育て子ども達の将来の可能性を広げるためサポートします。



### 大平体育館で活動する教室

#### ☆フェンシング 毎週火曜日 19:00～21:00 毎週金曜日 19:00～21:00

月謝：週1回2,200円/月 週2回4,200円/月  
体験：4/23(火)・4/26(金)、初回：5/3(金)  
フェンシングの練習や試合を通して、スポーツの楽しさを体験するとともに、スポーツマンシップを学び、マナーの向上を図ります。年齢・性別を問わず、それぞれのレベルに合わせた練習・試合を行うので、家族での参加も可能です。



#### ☆バドミントン 毎週水曜日 16:30～18:00

月謝：2,200円/月 体験：4/24(水)、初回：5/1(水)  
バドミントンは見た目より運動量の多いスポーツです。基礎から指導し、持久力や反射神経の向上を図ります。



## 大平運動公園内で活動する教室

### ☆硬式テニス 毎週火曜日または木曜日 18:00～19:00

月謝：3,700円/月（週1回のみ・週2回は7,000円）  
体験：4/23（火）・4/25（木）、初回：5/7（火）・5/9（木）  
プロによる指導です。「テニスの日」などのイベントも予定しています。



### ☆陸上 月2回土曜日 9:30～11:00

月謝：1,200円/月  
体験：4/27（土）、初回：5/11（土）  
小学生が対象の教室です。

### ☆陸上アカデミー 毎週水曜日または木曜日 18:00～19:30

月謝：月2回は1,500円/月 月3回以上は2,800円/月  
体験：4/24（水）、初回：5/1（水）  
陸上の基礎競技力のレベルアップを図ります。  
夜間照明をつけて練習します。  
大会等に参加したい原則小学5・6年生を対象とした教室です。  
定期的に記録会を実施予定です。



## 小学校の体育館で活動する教室

### ☆キッズスポーツ スポ・スポ（小学1～3年生対象）

月謝：2,200円/月  
放課後の子どもたちの居場所づくり、仲間づくりのための教室です。  
楽しみながらマット運動やとび箱、なわとび、ボール遊びなどをしながら、体力もつけていきます。

・どこの小学校のスポスポ教室でも参加できます。都合の良い曜日のいずれかを選んでください。  
・継続される方も体験日からご参加下さい。（人数把握のため）

♪ **大平西小学校** 毎週火曜日16:30～18:00  
体験：4/30（火）、初回：5/7（火）

♪ **大平中央小学校** 毎週水曜日16:00～17:30  
体験：4/24（水）、初回：5/1（水）  
※水曜日のスポ・スポは、中央小全校一斉下校（14:55～）のため、指導者がその時間から体育館で子ども達を16:00までお預かりします。

♪ **大平南小学校** 毎週木曜日16:30～18:00  
体験：4/25（木）、初回：5/2（木）

♪ **大平東小学校** 毎週金曜日16:30～18:00  
体験：4/26（金）、初回：5/10（金）



### ☆バスケットボール

♪ **大平中央小学校** 毎週水曜日17:30～19:00

月謝：2,200円/月  
体験：4/24（水）、初回：5/1（水）  
大平南体育館の土曜日バスケット教室と内容は同じです。  
両方参加することができます。（その場合月謝は4,200円になります。）

☆バスケットボール 週2回 木曜日・土曜日

場所：大平南体育館

時間：木曜日 18:30～20:00、土曜日 15:30～17:00

月謝：4,200円/月

体験：4/25(木) 27(土)、初回：5/2(木)

バスケットが好きな方中学生の参加をお待ちしています。チームとしての力が整い次第試合にも参加する予定です。



☆バドミントン 週1回 水曜日

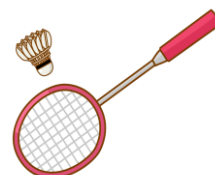
場所：大平体育館

時間：16:30～18:00

月謝：2,200円/月

体験：4/24(水)、初回：5/1(水)

スポーツネットの小学生教室と中学生教室の連携を良くするために同じ時間帯に練習します。



☆フェンシング 週2回 火曜日・金曜日

場所：大平体育館

時間：19:00～21:00

月謝：週1回は2,200円、週2回は4,200円/月

体験：4/23(火)・4/26(金)、初回：5/3(金)

中体連にはフェンシングの大会はありませんが、日本フェンシング協会の関東大会や全国大会への出場が可能です。



☆陸上 毎週水曜日または木曜日

場所：大平運動公園

時間：18:00～19:30

月謝：月2回は1,500円、月3回以上は2,800円/月

体験：4/24(水)、初回：5/1(水)

中学生に必要な陸上競技の基本的技能と体力を育てる。

照明をつけて陸アカ教室と一緒に活動。

※栃木スポーツネットは中学生部活動地域移行のモデル事業に協力しています。

お問い合わせ先



NPO法人 栃木スポーツネット

事務局 栃木市大平町蔵井1547

(大平運動公園管理棟内)

電話&FAX 0282-25-6275

営業時間 9:00～20:00



