

# 令和7年度 春から秋のアクティブ☆キッズ☆プログラム 日程表

令和7年4月4日現在

## ●バドミントン教室（☆持ち物 運動のできる服装、上履き、ラケット、飲料、タオル）

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	4月17日 (木)	19:00~21:00	須坂市市民体育館	
2	4月24日 (木)	19:00~21:00	須坂市市民体育館	
3	5月 1日 (木)	19:00~21:00	須坂市市民体育館	
4	5月15日 (木)	19:00~21:00	須坂市市民体育館	
5	5月22日 (木)	19:00~21:00	須坂市市民体育館	
6	5月29日 (木)	19:00~21:00	須坂市市民体育館	
7	6月 5日 (木)	19:00~21:00	須坂市市民体育館	
8	6月12日 (木)	19:00~21:00	須坂市市民体育館	

## ●サッカー教室（☆持ち物 運動のできる服装、運動靴、帽子、飲料、タオル）

※雨天の場合は順延となります。

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	4月20日 (日)	9:00~10:30	北部運動広場	フットサルコート
2	4月27日 (日)	9:00~10:30	北部運動広場	フットサルコート
3	5月 4日 (日)	9:00~10:30	北部運動広場	フットサルコート
4	5月11日 (日)	9:00~10:30	北部運動広場	フットサルコート
5	5月18日 (日)	9:00~10:30	北部運動広場	フットサルコート
6	5月25日 (日)	9:00~10:30	北部運動広場	フットサルコート
7	6月 1日 (日)	9:00~10:30	北部運動広場	フットサルコート
8	6月15日 (日)	9:00~10:30	北部運動広場	フットサルコート
予備日	①6月22日 (日)	9:00~10:30	北部運動広場	フットサルコート

## ●ストリートダンス教室（☆持ち物 運動のできる服装、上履き、飲料、タオル）

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	5月12日 (月)	18:45~20:00	創造の家 軽運動室	
2	5月19日 (月)	18:45~20:00	創造の家 軽運動室	
3	5月26日 (月)	18:45~20:00	創造の家 軽運動室	
4	6月 2日 (月)	18:45~20:00	創造の家 軽運動室	

## ●バスケットボール教室（☆持ち物 運動のできる服装、上履き、飲料、タオル）

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	5月17日 (土)	10:00~12:00	勤労青少年体育センター	
2	5月24日 (土)	10:00~12:00	勤労青少年体育センター	
3	5月31日 (土)	10:00~12:00	勤労青少年体育センター	
4	6月 7日 (土)	10:00~12:00	勤労青少年体育センター	
5	6月14日 (土)	10:00~12:00	勤労青少年体育センター	
6	6月28日 (土)	10:00~12:00	勤労青少年体育センター	
7	7月 5日 (土)	10:00~12:00	勤労青少年体育センター	
8	7月12日 (土)	10:00~12:00	勤労青少年体育センター	

※飲料は毎回多めにご準備ください

## ●陸上教室（☆持ち物 運動のできる服装、帽子、運動靴、飲料、タオル、雨天時上履き）

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	5月 4日 (日)	8:00~10:00	東中学校運動場	雨天:勤労青少年体育センター
2	5月11日 (日)	8:00~10:00	東中学校運動場	雨天:勤労青少年体育センター
3	5月18日 (日)	8:00~10:00	東中学校運動場	雨天:勤労青少年体育センター
4	6月 8日 (日)	8:00~10:00	東中学校運動場	雨天:勤労青少年体育センター

●**ティール教室**（☆持ち物 運動のできる服装、上履き、飲料、タオル）

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	6月 1日 (日)	15:00~17:00	勤労青少年体育センター	
2	6月 8日 (日)	15:00~17:00	勤労青少年体育センター	
3	6月15日 (日)	15:00~17:00	勤労青少年体育センター	
4	6月22日 (日)	15:00~17:00	勤労青少年体育センター	

●**卓球教室**（☆持ち物 運動のできる服装、上履き、ラケット、飲料、タオル）

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	8月 2日 (土)	10:00~11:30	須坂市卓球場	
2	8月 9日 (土)	10:00~11:30	須坂市卓球場	
3	8月16日 (土)	10:00~11:30	須坂市卓球場	
4	8月23日 (土)	10:00~11:30	須坂市卓球場	
5	8月30日 (土)	10:00~11:30	須坂市卓球場	
6	9月 6日 (土)	10:00~11:30	須坂市卓球場	
7	9月13日 (土)	10:00~11:30	須坂市卓球場	
8	9月20日 (土)	10:00~11:30	須坂市卓球場	

●**特別講座 陸上教室**（☆持ち物 運動のできる服装、運動靴、帽子、飲料、タオル、雨天時：上履き）

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	5月10日 (土)	13:30~15:00	常盤中学校運動場	雨天：市民体育館
2	5月17日 (土)	13:30~15:00	常盤中学校運動場	雨天：市民体育館

●**特別講座 水泳教室**（☆持ち物 水着・キャップ・ゴーグル・タオル）

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	6月21日 (土)	11:15~12:30	ながでんスイミングスクール須坂	※11:15体操スタート

※11:15から体操ができるように着替えを済ませてください。

## アクティブ☆キッズ☆プログラムの開催に伴うお願い

スポーツ教室は、小・中学生を対象に、活動的な生活習慣を身につけ、スポーツを楽しむための能力育成や心身の健康と「フェアプレイで須坂を元気に」あくしゅ・あいさつ・ありがとうという具体的な行動を通じ、仲間、参加者同士が相手の気持ちや考え方を理解しながら、各種スポーツの基本を身につける場です。

☆次の事項を守って、楽しい教室をつくりあげましょう☆ 【 あいさつ・へんじは大きな声で元気よく! 】

### 1 受講前

- (1) 教室開始10分前位には集合しましょう。
- (2) 受付で名札シールをお渡しします。各自胸に貼ってください。※使用した名札はお家で捨てましょう
- (3) 服装は運動しやすい服装で、運動靴を履いて、用具など自分の物には必ず名前を書いておきましょう。
- (4) 準備はテキパキと行いましょう。
- (5) **毎回飲み物が無くならないよう多めに持参しましょう。**水分補給をし、熱中症などにならないよう気をつけて取り組んでください。

### 2 受講中

- (1) よく聞くことは上達の早道：おしゃべりは他の人の迷惑。よく指導者の話には耳をかたむけましょう。また、わからないところは積極的に質問しましょう。
- (2) みんなで仲良く：スポーツは仲間があり、相手があってこそ楽しめます。お互いに尊重しあい助け合いましょう。
- (3) からだのコンディションに注意：病気やけが、気分の悪い時は無理をせず、からだの調子が回復してから頑張りましょう。
- (4) 用具等の調子が悪いときは指導者へ申し出てください。
- (5) 遅刻・早退の際は、必ず担当指導者に申し出て指示を受けてください。

### 3 受講後

- (1) 器具・用具の整理・整頓と清掃をしましょう。
- (2) かたづけはテキパキと行いましょう。
- (3) うがい・手洗い・手指消毒などは各自の判断でお願いいたします。

### 4 その他

- (1) 会場・日程は変更なる場合があります。  
教室開催有無・変更等の最新情報は当協会のホームページにてお知らせ致しますので参加前にご確認下さい。
- (2) 欠席する場合は、前日までにスポーツ協会（創造の家内）に連絡をしてください。  
TEL: 248-0892 受付時間8:30~17:00 \*日・祝日は職員不在のため、連絡不要
- (3) 教室最終日にアンケートの記入をお願いしておりますのでご協力ください。