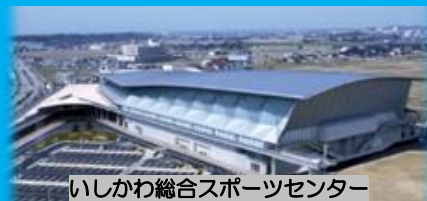


世代を超えて幅広く利用できる

ISCスクール

ISHIKAWA SPORTS CENTER



いしかわ総合スポーツセンター



◇ **一般** 運動初心者から上級者まで生涯楽しめるスポーツスクール!“仲間づくり”“健康づくり”にオススメです。

スクール名	内容	定員	曜日	時間
テニス	初心者クラス	10名	水	12:30~14:00
		10名	金	19:30~21:00
	初級クラス	10名	火・水・木	19:30~21:00
	初・中級クラス	10名	月	10:15~11:45
		10名	月	19:30~21:00
10名		水	10:15~11:45	
10名	木	13:15~14:45		
中級クラス	10名	月・火・木	19:30~21:00	
水泳	初心者クラス	10名	火	10:00~11:00
	初級クラス	12名	火	11:00~12:00
		12名	木	10:00~11:00
中級クラス	15名	水	10:00~11:00	
15名	木	11:00~12:00		
ここからプラス塾	医師から運動をすすめられているが、何をしたらよいか分からない方におすすめです。	10名	木	9:50~10:50
おげんき倶楽部	“元気な脚づくり”を目的に、週替わりのバリエーション豊富なエクササイズを楽しみながら行います。3ヶ月毎に定期測定もします。	10名	木	11:00~12:00

大人気

【テニス】

ジュニアから一般の方まで、日本テニス協会公認コーチによる、レベルに合わせた指導で、無理なく楽しみながら上達を目指せます!

天井も高くコート後方には十分なスペースがあり、のびのびとプレイでき、また、空調設備も完備しており快適です!



◇ **ジュニア** 個性を豊かにのばせるようなカリキュラムで、子どもの運動能力を高めていきます。

スクール名	内容	対象	定員	曜日	時間
テニス	エンジョイ	小学生	10名	月・火・水	18:00~19:20
	キッズ	年長~小学3年生	8名	火	16:30~17:45
●現在開講しておりません。最少催行人数(3名)となりましたら再開いたします。お気軽にお問い合わせください。					
バスケットボール	バスケットボールの基本を身に付け、身体能力の向上を目指します。	小学生	15名	水	16:40~17:55
チャリーディング	表現力やリズム感も身につけ、明るい笑顔が自然と生まれます。	年長~小学3年生	20名	金	17:00~18:00
こども運動塾	「走る・跳ぶ・投げる」を中心に楽しく運動能力アップを図ります。	年中~小学3年生	20名	火	18:00~19:00



明るく開放的なISC!

天候に左右されず、広い施設内で思いっきり体を動かすことができます!

見学、体験ご希望の方は下記までお問い合わせください。

1期(3ヵ月間)
10回程度【4期/年】
受講料:1回単価1,330円×回数

- ISCでは開催される大会やイベントの関係で、クラスの開催回数変動します。
- 登録料は必要ありません。
- 受講料のお支払いは、1期分(3ヶ月分)の一括払いとなります。
- 期の途中からでも登録できます。

いしかわ総合スポーツセンター

〒920-0355 石川県金沢市稚日野町北222 ☎076(268)2222

【開館時間】9:00~22:00 【休館日】年末年始(12/29~1/3)

http://www.ishikawa-spc.jp

指定管理者 石川県体育協会グループ〔(公財)石川県体育協会、(公財)北陸体力科学研究所、石川県ビルメンテナンス協同組合〕

メルマガ
好評配信中!

