

2025年度
南砺クラス
開講記念

対象
年中～小学生
のお子様と
保護者様



参加
無料

南砺市 スポーツ フェスタ



in 旧富山県立南砺福光高等学校
富山県南砺市福光710

下の3つから好きな種目を選ぼう！
運動がもっと楽しくなって
自分に自信がつくよ！



初心者のための

スキー体験

2025.2.8 @ 10:00～11:30



定員
15名

雪が積もったグラウンドで
スキーの履き方、転び方など、
スキーを始めて行う子に向けて
楽しく分かりやすく指導します。
2025年2月に**スキー教室**を
行います！

詳しくは裏面へ

砺波市出身

担当指導員 南 雄太

スキー検定1級
100m 10秒58



対象
小学生

プロの指導を受けよう！

基礎運動・かけっこ

2025.3.9 @ 10:00～11:30



定員
30名

将来、役に立つ身体の動かし方、
体育のコツを楽しく丁寧に指導し
ます。2025年度に富山県で
誕生した**基礎運動・かけっこ教室**
が南砺市福光に**新規開講**します！

詳しくは裏面へ

立山町出身

担当指導員 林 優雅

110mハードル
現富山県記録保持者



対象
年中～
小学生

モルックなどの色々な競技に挑戦！

親子スポーツ大会

2025.3.23 @ 10:00～11:30



定員
30組

スポーツ指導14年。南砺市福光
出身・在住の指導員が担当しま
す！子どもから大人まで楽しめる
マイナースポーツを厳選して、
色団対抗の**スポーツ大会を開催**
します！

2025年度に**空手**
教室を新規開講予定！

南砺市福光出身

詳しくは裏面へ

担当指導員 野原 将史

男子ハンマー投インターハイ準優勝
空手 系東流 五段



【主催】 悟空 Jr. アスリートスクール
日本空手道会 三浦派系東流 悟空教室

【後援】 南砺市教育委員会

【問い合わせ】

0766-30-3773
nohara.sports@gmail.com
(担当：野原)

【申し込み】

右のQRコードを読み取って申し込み
ください。申し込みが多数の場合は
抽選とさせていただきます。抽選の
結果は各日程の**5日前**に行います。



申し込みはコチラ

悟空Jr.アスリートスクール 基礎運動・かけっこ教室

富山県で誕生！全てのスポーツに必要な基礎体力の向上と、健康な身体づくりを目標に指導します。

公式HPはコチラ



2025年4月に旧富山県立南砺福光高等学校の体育館で開講予定です。
対象は**年長～小学生**です。3月～4月の入会で**Tシャツ無料プレゼント**！

曜日	時間	クラス	内容
金曜日	17:15～18:15	基礎運動クラス	運動遊びを取り入れて楽しく身体を動かします
	18:30～19:30	体力向上クラス	マット、跳び箱、鉄棒、縄跳びなど体力・技術の向上を目指して取り組みます



運動能力が発達するゴールデンエイジが対象！器械運動やかけっこなどを通して強い体と心を育てます。



楽しくスキーが上達！ エンジョイスキー教室

雪国にいるのにスキーができないなんてもったいない！
子ども向けのプロの指導員が丁寧に教えます。

教室ページはコチラ



2025年2月にイオックスアローザで4日程の教室を開講します。
対象は**小学生・中学生・保護者**です。詳しくは教室ページをご覧ください！

日程	クラス		
2/9 2/11 2/16 2/24	履き方・転び方クラス	動きづくりクラス	親子クラス 2/9 2/24のみ
	リフトクラス	ゴンドラクラス	定員：各クラス10名 締切：各日程の 2週間前 まで



スキーをすることでバランス感覚や体幹が鍛えられます。体の使い方を自然の力を借りて学ぼう！



日本空手道会 三浦派糸東流 悟空教室

「痛そう」「怖そう」というイメージの空手ですが、
子どもに合わせて楽しく稽古を行います！

公式HPはコチラ



2025年4月に旧富山県立南砺福光高等学校の体育館で開講予定です。
対象は**年長～小学生**です。3月～4月の入会で**Tシャツ無料プレゼント**！

曜日	時間	クラス	内容
水曜日	17:15～18:15	ビギナークラス	空手の基本的な動作やミット打ち、形を通してたくましい体と心を育てます



空手は手足を使った全身運動なので、子どもの運動能力向上に最適！礼節や挨拶も身につきます！

