

新潟市陸上競技場 令和4年度スポーツ教室 全日程(案)

Table with columns: No., 教室名, 期日, 日程 (①-⑫), 曜日, 時間, 講師, 回数, 対象, 定員 (通常/コロナ), 参加料 (単価), 参加料 (1回券), 入場料 (※毎回必要), 内容, 室場. Rows include activities like 'ジョギング', 'マラソンクリニック', 'ヨガ&体幹・骨盤調整', 'フラダンス', 'ヨガレッチ', 'ボクシングフィットネス', '体力測定&メニュー作成'.

Table with columns: 期日, 内容. Row: 産後ママのためのルーシーダットン (産後ママのためのルーシーダットン).

Table with columns: No., イベント名, 期日, 日程 (①-⑫), 曜日, 時間, 講師, 回数, 対象, 定員, 参加料, 入場料 (※毎回必要), 室場. Rows include 'リレーフルマラソン in 新潟市陸上競技場', 'かけっこ教室 (運動会ver.)', 'かけっこ教室 (マラソン大会ver.)', 'ランナーのためのケガをしない動作トレーニング'.

新潟市体育館

令和4年度スポーツ教室 全日程

教室数: 15教室

コマ数: 370

昨年度=416コマ

変更
新規

Table with columns: No, 教室名, 期日, 日程 (①-⑫), 曜日, 時間, 講師, 回数, 対象, 定員, 参加料, 参加料(1回券), 入場料, 内容, 会場. Rows include activities like '高齢者の筋力アップ', '初心者24式太極拳', '上級者 卓球', 'ヨガ&体幹・骨盤調整エクササイズ', 'シェイプアップエアロビクス', 'らくりヨガ', '中級者 卓球', '高齢者のための体力づくり', 'サッカー【小1~4年】', 'フラダンス', 'ヨガレッチ', '初級者 卓球', 'いきいき健康', 'ボクシングフィットネス', 'バーニングアップ'.

令和4年度 リレーフルマラソン in 新潟市陸上競技場 開催要項

1. 目的 ランニングを通じた健康増進と自己への挑戦、地域の連帯感や活力の増進など、地域社会の活性化を目的として、仲間や親子と楽しく気軽に参加でき「スポーツの楽しさ」を味わうことができるイベントを開催する。
2. 主催 新潟市開発公社・新潟アルビレックスRC
3. 共催 新潟市陸上競技協会（予定）
4. 後援 新潟市、新潟市教育委員会、公益財団法人新潟市スポーツ協会（いずれも予定）
5. 協賛 （未定）
6. 協力 公益社団法人 新潟県柔道整復師会（予定）
7. 日時 令和4年9月10日（土） 16:00～21:00
8. 内容 1周400mのトラックをタスキリレーし、チームとして42.195km（105周+195m）を完走する ※16:00スタート5時間制限
周回およびタイムは専用チップで計測
9. 会場 新潟市陸上競技場（新潟市中央区一番堀通町3-1）
10. 参加資格 1チーム4人から10人の自走できる小学4年生以上の健康な男女
※未成年者は保護者の同意が必要
※中学生以下の参加者は当日保護者の同伴が必要
11. 定員 50チーム（1チーム4～10名）※先着順とし、定員になりしだい締切
12. 申込期間 令和4年7月中旬～8月中旬
13. 参加料 大人:2,000円・子ども:1,000円（保険料含む）
14. 申込方法 専用申込用紙に必要事項を記入の上、参加料と一緒に陸上競技場へ申し込む
またはジックZ（<http://gicz.jp/>）から申し込み
15. 表彰
 - ・チーム賞（1～6位）・大会を盛り上げたチーム賞
 - ・レディース賞（女性のみで構成されたチームの中で最も早くゴールしたチーム）
 - ・シニア賞（全員60歳以上で構成されたチームの中で最も早くゴールしたチーム）
 - ・小学生混合チーム賞（4人以上の小学生と大人で構成されたチームの中で最も早くゴールしたチーム）
 - ・参加賞 ※いずれも予定
16. 問合せ 新潟市陸上競技場（〒951-8132 新潟市中央区一番堀通町3番地1）
TEL 025 (266) 8111 FAX 025 (266) 8116
メール kyogijyo@niigata-kaikou.jp

別紙 3-4

令和4年度 短期ランニングクリニック

■主 催 新潟市開発公社・新潟アルビレックスランニングクラブ

■目 的 冬のランニングを楽しんでいただく場を提供する。

■事業内容

初級者：ウォーキング・ランニングの基本練習を中心に FUNRUN を目的として行う。ランニングに興味関心を持ってもらい、ランニングをはじめのきっかけを作る。

上級者：目標タイムのペース感覚を養うトレーニングなど実践的な練習を中心に行い、次のステージを目指すランナーのステップとなるきっかけを作る。

■期 間

令和5年1月10日（火）～令和5年3月21日（火）

毎週火曜日 ※祝日は休み

■時 間 19時00分～20時30分

■会 場 新潟市陸上競技場

■参加対象 15歳以上（中学生は除く）

■定 員 30名

■講 師 (株)新潟アルビレックスランニングクラブ スタッフ

■参加料 月額 4,400 円（税込） 施設使用料含む

※月額制となりますので開催回数に関わらず参加料を徴収させていただきます

■持ち物 運動のできる服装、靴、飲み物、タオル、防寒対策、等

■申込期限 開催日の3日前まで