

5月のユースポ！

たまにはみんなでウォーキング&ノルディックウォーキング

東京スカイツリーと同じ高さの坂戸山登山に挑戦しよう！

日 5月11日(日) 午前8時30分カルチャーセンター集合
午後2時頃解散予定

場 坂戸山 **費** ユースポ！会員 300円、非会員 600円

服・持 動きやすい服装、靴は登山靴かトレッキングシューズ、飲み物、行動食(おにぎりなどの軽食)、タオル、雨具、スプレー等の虫よけ、あれば登山用ストック

対 小学生以上(小学生は保護者と参加) **定員** 20名

申 申込締切 5月7日(水) **最少催行人数** 8名

簡単エアロビクス&ストレッチポール

簡単エアロビクスで体脂肪を燃やそう！

日 5月27日(火)、6月10日(火)、6月24日(火)

ストレッチポールで身体を整えよう！

日 6月3日(火)、6月17日(火)、7月1日(火)
午後4時20分～4時50分

場 湯沢カルチャーセンター **費** 1回 500円

服・持 運動のできる服装、水分、タオル 内履き(エアロのみ)

対 誰でもOK

申 各回とも当日に料金を添えてお申し込みください。

ジュニア合同トレーニング

コミュニケーション能力を高めよう

日 5月23日(金) 午後7時～8時30分

場 湯沢カルチャーセンター **費** 無料

服・持 運動のできる服装、内履き、水分、タオル

対 小学生 **申** 申込締切 5月22日(木)

おやこで GENKI 教室

幼少期に身につけたい36の基本動作

日 5月29日(木) 午後7時～8時30分

場 湯沢カルチャーセンター **費** 無料

服・持 運動のできる服装、内履き、水分、タオル

対 保育園年少さん～小学3年生とその保護者

申 申込締切 5月28日(水)

5月から始まる教室はこちら！

教室	日程・時間	対象・参加費	開始日	申込締切
初級水泳教室	5月～7月(各クラス全9回) 月曜①クラス 午後3時20分～4時10分 ②クラス 午後4時20分～5時10分 木曜クラス 午後3時20分～4時10分	月曜①クラス 小学1～2年生 ②クラス 年長さん 木曜クラス 小学1～3年生 参加費 6,300円 定員 各クラス 30名	月曜クラス 5月19日～ 木曜クラス 5月15日～	5月8日(木) *5月12日(月) 午後7時～ 中・上級クラスのみ湯沢カルチャーセンターにて、保護者説明会があります。
水泳教室(中・上級)	5月～10月(全17回) 木曜日 午後4時30分～午後5時45分 (夏休み期間を除く)	小学4～中学3年生(※) 参加費 10,000円 定員 25名	5月15日～	
にこにこスポーツ教室	5月～7月 火曜日(全9回) わんこ 午後4時10分～5時10分 ひよこ 午後5時15分～6時15分 おやこ 午後6時20分～7時20分	わんこ 小学1～3年生 ひよこ 年長さん おやこ 年少・年中さんとその保護者 全9回 各クラス 5,000円	5月20日～	5月13日(火)
ステップボクシング	5月～8月 第2・4金曜日(全7回) 午後8時～9時	16歳以上 参加費 4,200円	5月9日～	5月2日(金)

※水泳教室(中・上級クラス)は水深が110cmあります。身長や泳力に不安のある方には一度体験を推奨しています。

申込

各種教室に参加をご希望の方は、ユースポ！へお電話、メール、公式LINE、またはInstagramDMにてお申込みください。



〒949-6102
湯沢町神立628-1
(湯沢カルチャーセンター内)

- ☎ 025-785-2123
- FAX 025-785-6911
- メール info@youspo.net
(受付時間 平日正午～午後6時30分)

ホームページ



LINE



Instagram



YUZAWA_YOUSPO