

スポーツジムで行う健康運動教室(春コース)

健康グッズを使い、有酸素運動と筋力トレーニングを交互に行う「サーキットエクササイズ」は、筋力アップと脂肪燃焼効果が期待できます。運動が苦手な人やこれから始めようと思っている人におすすめです。



とき 4月10日から6月26日までの毎週金曜日午後6時15分～7時30分(5月1日を除く全11回)

※受け付けは午後6時～6時15分

ところ ミズノウェルネス沼田(テラス沼田7階)

講師 ミズノ運動指導員

対象 20歳以上の市民(おおむね40～50代まで)

定員 20人(超えた場合は抽選。新規優先)

費用 無料

申込期間 3月2日(月)～17日(火)(土・日曜日を除く)

申し込み・問い合わせ 健康課保健係 ☎内線 3167へ

スポーツ施設などのご案内

問い合わせ スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎内線 3332・スポーツ施設係 ☎内線 3333

沼田小学校講堂記念体育館など オリンピック聖火通過に伴う施設の休館

4月1日(水)に東京2020オリンピックの聖火が本市を通過するため、発着点となるスポーツ施設を下記のとおり休館します。

休館日 3月30日(月)～4月1日(水)

対象施設 沼田小学校講堂記念体育館、沼田武道場、ZACROSアリーナぬまた

※4月1日(水)の午前中は、市内全域のスポーツ施設の利用申請受け付けおよび鍵の貸し出しができませんのでご注意ください

4月1日(水)～ 旧利南中学校屋内運動場など 老朽化による施設の使用を中止

老朽化により安全が確保されないため、「旧利南中学校屋内運動場」と「利根健康増進施設」の使用を中止します。沼田市公共施設等総合管理計画の優先検討施設に該当し、除却または使用中止の方針が示されたことによるものです。

併せて、利南運動公園に建設中の野球場とテニスコートの一部供用開始に伴い、「沼田公園野球場」と「沼田公園テニスコート」の使用も中止します。

使用中止はいずれの施設も **4月1日(水)**からです。

学校体育施設の貸し出し

4月より小中学校の体育施設を貸し出します。

対象 市教育委員会に登録の団体

申し込み 使用する前月の20日(土・日曜日、祝日の場合は翌日)から月末までに、使用登録書と代表者の印鑑を持参し、各小中学校へ

※校庭とテニスコート(夜間照明)は、直接ZACROSアリーナぬまた、または白沢・利根公民館へ

※年間予約や電話予約は不可

※学校の教育活動が優先

スポーツ安全保険の加入について

スポーツ団体や社会教育関係団体に所属する人が、団体管理下での活動時や移動中で傷害を被ったり賠償責任を負ったりした場合、または突然死などによる死亡の場合に補償されます。

対象 所属員が4人以上で、スポーツ活動や文化活動、ボランティア活動などを行う団体

種類 活動内容により区分

保険期間 4月1日(水)～来年3月31日(水)

その他 申し込みなどは問い合わせてください