

NPO法人南部町総合型地域スポーツクラブ

スポnetなんぶ

supo net nanbu

入会のご案内
2021

スポーツでつなぐ とびきりの笑顔の輪



イメージキャラクター
ポネットちゃん

スポnetなんぶでは、さまざまな世代がスポーツを通じてココロもカラダも健康にいつまでも地域で元気に暮らせるような活力あるまちづくりを推進します。

	ジュニア会員（高校生以下） ジュニアチーム会員	大人会員
年会費	1,000円(税別)	
保険料 (スポーツ安全協会保険)	中学生以下	高校生
	全員加入 800円(税込)	全員加入 1,850円(税込)
【任意加入】 保険にご加入希望の場合、別途保険料が必要です。		
保険料 1,850円(税込) ※65歳以上の方は1,200円(税込)		

- (財)スポーツ安全協会の保険の適用は、当クラブの活動中とその経路往復中が対象となります。
- 保険の適用期間は、4月1日(またはご加入日)から同年度末日までとなります。
- 上記以外に別途参加費が必要となります。

- おしらせ
- 年会費は、4月1日(またはご入会日)から同年度末日までを基準日とします。
 - 一度納めていただいた年会費・参加費は原則として返金いたしません。
 - 入会された方には、会員証を発行しますので、ご参加の際にご持参ください。
 - 都合により日程、会場は変更になる場合があります。
 - 活動によっては、定員がありますので、ご希望に添えない場合があります。
 - ジュニア会員及びジュニアチーム会員の方の活動場所への送迎については、保護者の責任でお願いします。

申込

窓口

スポnetなんぶ 事務局

【受付】10:00~19:00(木曜日休み)

〒683-0351 西伯郡南部町法勝寺 331-1 (南部町総合福祉センターしあわせ内)

電話 0859-66-5400 ホームページ <http://www.suponetnanbu.jp>

スポnetなんぶでは、子どもから大人までの健康

スクール活動 (スイミングスクール)

場 南部町総合福祉センターしあわせプール

指 いずれのスクールも別途連絡ケース(300円税込)が必要となります。

特典

スイミングスクールにご入会の方は、プール利用が無料になります。

但し、乳幼児(小学生未満)は、保護者の付き添い、小学3年生までは保護者の監視が必要となります。

★印の活動はプラス500円(月額)で、2階トレーニングルームがご利用出来ます。

ジュニアⅠ・Ⅱ

泳ぎの基本がマスターできるように段階に応じた指導をします。2ヶ月に1回実施するテストに合格すると進級をしていく流れになります。

ジュニアⅠ 各定員:40名

対 年長～小学2年生
開 月・火・水・金曜日 16:00～17:00
土曜日 14:00～15:00

ジュニアⅡ 各定員:50名(土曜日45名)

対 小学3年～6年生
開 月・火・水・金曜日 17:00～18:00
土曜日 15:00～16:00

共通項目

料 週1回 3,000円(税別)／月
週2回 5,000円(税別)／月
指 スイムキャップ 700円(税込)
※曜日は週に2回まで選択できます。

タイムコース 各定員:15名

ジュニアⅠ、Ⅱの0級または1級修了者を対象に自身の記録更新のサポートをします。

対 ジュニアⅠ、Ⅱで0級または1級修了の小学生・中学生
開 火・金曜日 18:00～19:00
土曜日 16:00～17:00
料 週1回 3,000円(税別)／月
週2回 5,000円(税別)／月
指 スイムキャップ 700円(税込)
※曜日は週に2回まで選択できます。

育成コース

選手コースに向けてのトレーニング及び大会出場を目指します。

※週3回コース

対 小学生・中学生(指導者推薦)
開 月・水曜日 18:00～19:00
土曜日 16:00～17:30
料 6,000円(税別)／月
指 スイムキャップ 1,000円(税込)
ビート板 3,190円(税込)
Tシャツ 2,800円(税込)～
他 連盟登録料2,000円(税込)、大会エントリー料が必要な場合があります。

選手コース

大会に向けたトレーニング及び自身の記録更新を目指します。

※週3回コース

対 小学生～(指導者推薦)
開 月・水曜日 18:00～19:30
土曜日 朝練
料 7,000円(税別)／月
指 チームジャージ上下セット
他 連盟登録料 2,000円(税込)
大会時エントリー料・パドル他

ベビー教室 定員:15組

水遊びを通して、親子のスキンシップを図ることを目的としています。水慣れはもちろん、お子様の発育発達を促進します。

対 8か月～2歳児までのお子様と保護者
開 土曜日 10:10～10:55
料 2,500円(税別)／月

おやこ教室Ⅰ・Ⅱ

水遊びを通して、親子のスキンシップを図ることを目的としています。泳ぐために必要な準備を行っていきます。

おやこ教室Ⅰ 定員:15組

対 3歳児～年少のお子様と保護者
開 土曜日 11:00～11:45

おやこ教室Ⅱ 定員:15組

対 年中のお子様と保護者
開 土曜日 13:10～13:55

共通項目

料 2,500円(税別)／月



★アクアウォーキング 定員:20名

水の浮力を使い、足腰に負担をかけず動きやすい身体を作ります。

※週2回コース

対 大人
開 火・金曜日 10:15～11:00
料 5,000円(税別)／月
他 送迎車あり(先着5名)

★アクアフィットネス 定員:20名

水の抵抗を利用して筋力UP!!有酸素運動で代謝UP!!

※週2回コース

対 大人
開 火・金曜日 11:00～11:45
料 5,000円(税別)／月

★ファーストスイムA・B

水泳を基本から始めたい方を対象としたクラスです。初心者向けです。

ファーストスイムA 定員:10名

対 大人
開 月曜日 10:45～11:45

ファーストスイムB 定員:10名

対 大人
開 月曜日 19:30～20:30

共通項目

料 4,500円(税別)／月

★しあわせスイムA・B

泳ぎの基本を練習し、4泳法のマスターを目指します。※週2回コース

しあわせスイムA 定員:15名

対 大人
開 火・金曜日 14:00～15:00

しあわせスイムB 定員:10名

対 大人
開 火・金曜日 19:30～20:30

共通項目

料 5,000円(税別)／月

ぐくりに役立ち、スポーツ、文化活動を通じて「地域

スクール活動 (その他)

ロコトレ NEO(ネオ)

～身体メンテナンスクラス～ 定員:15名

ご自身のカラダをしっかりメンテナンス。姿勢を整え、力強く動ける足腰をつくります。ストレッチボールやチューブを使って、的確な運動で効果をサポート。運動前後体力評価、ホームエクササイズ付。

対 50歳以上の方
開 月曜日 14:00～15:30
1クール3ヶ月(各期全11回)
第1期 5月10日(月)～7月26日(月)
第2期 9月6日(月)～11月22日(月)
第3期 12月13日(月)～3月14日(月)

初回・10回目は体力測定

場 南部町総合福祉センターしあわせ2階
料 8,800円(税込) / 1クール
※お申込み時にまとめてお支払いください。

わいわいトレーニング 定員:14名

トレーニング機器を使って筋力トレーニングを行う教室です。個人の状態に応じて無理なく身体を動かします。

対 大人(60歳以上)
開 水曜日 14:00～15:30
場 南部町総合福祉センターしあわせ2階
料 3,000円(税別) / 月
※室内用靴をご持参ください。

Renewal

いこい荘トレーニング

トレーニング機器を使って筋力トレーニングを行う教室です。個人の状態に応じて無理なく身体を動かします。

月曜日クラス 定員:8名

開 月曜日 13:30～15:00

水曜日クラス 定員:8名

開 水曜日 10:00～11:30

金曜日クラス 定員:8名

開 金曜日 13:30～15:00

共通項目
対 大人(60歳以上)
場 南部町総合福祉センターいこい荘
料 3,000円(税別) / 月
他 送迎車あり
※室内用靴をご持参ください。

4月よりいこい荘でもご入会手続きが可能です。

体操教室

サーキットトレーニング、鉄棒やボール遊びで楽しく身体を動かし、幼少期に必要な体力づくりをします。

年中クラス 定員:10名

対 年中 開 土曜日 10:10～11:00

年長クラス 定員:10名

対 年長 開 土曜日 11:10～12:00

小学1年生クラス 定員:10名

対 小学1年生 開 火曜日 16:15～17:15

小学2年生クラス 定員:10名

対 小学2年生 開 火曜日 17:20～18:20

小学3年生クラス 定員:10名

対 小学3年生 開 月曜日 17:00～18:00

共通項目
場 南部町総合福祉センターしあわせ2階
料 3,000円(税別) / 月

陸上教室

様々なトレーニングメニューで、走る時のポイントとなる身体の動かし方を身につけていきます。

さいはく 定員:20名

対 小学1年～6年生
開 第2、4火曜日 16:30～18:00
場 西伯小学校校庭

※悪天候時は南部町民体育館
※11月～3月は南部町民体育館

あいみ 定員:20名

対 小学1年～6年生
開 第1、3火曜日 16:30～18:00
場 あいみドーム

共通項目
料 1,500円(税別) / 月

テニス教室 定員:10名

基本から楽しく技術を身につける入門編の教室です。

対 年中～小学4年生
開 金曜日 17:00～17:50
場 あいみドーム
料 3,000円(税別) / 月

※ラケットをお持ちの方はご持参ください。

ストリートダンス

リズム感を身につけ楽しくダンスをすることで、一人ひとりの持つ表現力を伸ばし、深めることで個々の可能性を広げていきます。

ビギナークラス 定員:15名

踊ることの楽しさを体感しながら基本的な動きをマスターします。

対 小学1年～6年生
開 金曜日 17:00～18:00
料 3,000円(税別) / 月

ステップアップクラス 定員:20名

イベント出演を視野に入れ、本格的にダンスを練習しレベルアップを目指します。

対 小学1年～6年生・中学1年～3年生
開 金曜日 18:10～19:10
料 3,000円(税別) / 月

アドバンスクラス 定員:20名

ステップアップクラスが更にレベルアップした内容で練習します。イベント出演もあります。

対 中学生・高校生・大人
開 金曜日 19:20～20:30
料 中学生 3,000円(税別) / 月
高校生・大人 4,000円(税別) / 月

共通項目
場 南部町総合福祉センターしあわせ2階
他 レベルに応じてコーチ推薦でクラスアップします。Tシャツ等の購入が必要なイベントもあります。
※室内用靴をご持参ください。

チアダンス教室 定員:20名

楽しく踊るなかで、リズム感・柔軟性・ジャンプ力・表現力を養うことができます。各種イベントへの出演もあります。

対 年中～小学6年生
開 水曜日 16:10～17:00
場 南部町総合福祉センターしあわせ2階
料 3,000円(税別) / 月
ポンポン 1,000円程度
(出演時に着用)
ユニフォーム上下セット 14,500円程度
指定シューズ 4,000円程度
他購入要
※指定シューズまたは室内用靴をご持参ください。

交流の輪が広がる場」を提供していきます。

クラブ活動

放課後スポーツクラブ 定員:30名

様々な運動体験が必要で吸収も早いこの時期に、いろいろな遊びやスポーツ体験を行います。楽しくカラダを動かし、基礎体力や運動能力の向上を目指します。

対 小学1～4年生
開 第2・4水曜日 15:45～17:10
1学期 4月28日(水)～7月14日(水)
2学期 9月8日(水)～12月8日(水)
3学期 1月12日(水)～3月9日(水)
※原則通年参加となります。

場 南部町民体育館
料 3,000円(税別)／1学期(6回分)
3,500円(税別)／2学期(7回分)
2,500円(税別)／3学期(5回分)
他 いこい荘発着の無料送迎バスあり(申込制)

ものづくりクラブ 定員:15名

手芸、小物づくりなどのワークショップです。オリジナル作品を作ってものづくりの楽しさを実感しましょう。

対 小学1年～6年生
開 第3火曜日 16:30～18:00
場 南部町総合福祉センターしあわせ2階
料 2,000円(税別)／1学期(4回分)
2,000円(税別)／2学期(4回分)
1,500円(税別)／3学期(3回分)
※原則通年参加となります。(8月を除く)

コウキシン
ユサブレ!!



スカットとなんぶ

卓球やバドミントンが楽しめます。身体を動かしてスカットいい汗を流しましょう。

対 小学生～大人
開 火曜日 19:00～21:00
場 南部町民体育館
料 当日参加制
◎ジュニア会員 200円(税込)／回
◎大人会員 300円(税込)／回
※小学生は大人同伴でご参加ください。
※貸出用ラケットもあります。

なんぶ健康倶楽部

卓球やバドミントンが楽しめます。日頃の運動不足解消にいかがでしょうか。

対 大人
開 水曜日 10:00～12:00
場 南部町民体育館
料 当日参加制 200円(税込)／回
※貸出用ラケットもあります。

ゴルフ倶楽部 各定員:4名

小学生から大人を対象とし、初心者から上級者までレベルに合わせて指導します。

対 小中高生、大人
開 ①第1・3火曜日 18:30～20:00
②第1・3木曜日 18:30～20:00
③第2・4火曜日 18:30～20:00
④第2・4木曜日 18:30～20:00
⑤第2・4日曜日 19:30～21:00
⑥第2・4日曜日 18:00～19:30
※お申込時に①②③④⑤⑥いずれかを選択してください。
場 南部町総合福祉センターしあわせ横
料 1,000円(税別)／月

グラウンドゴルフ倶楽部

月1回、近隣のいろいろな会場のコースでプレイします。冬期は、体育館で楽しめます。

対 大人
開 第3火曜日
10:00～12:00(8月除く)
場 町内運動場ほか
料 当日参加制 200円(税込)／回

ウォーキング倶楽部

月に1回、季節に応じてコースを設定し、5～6km程度を目標に町内外各所を歩きます。

対 大人
開 第2木曜日他 9:00～11:00
場 町内外各所
料 当日参加制 200円(税込)／回

レクリエーション広場

鳥取県西部レクリエーション協会の指導のもと、どなたでもニュースポーツやレクリエーションが楽しめる交流の場を提供します。障がい者スポーツとしてもご参加できます。

対 小学生～大人
開 第3水曜日 10:00～11:30
場 南部町総合福祉センターしあわせ2階
料 当日参加制 200円(税込)／回
※室内用靴をご持参ください。

ランニング部

月に2回しあわせを出発点としていろいろなコースを走ります。ひとりでは辛い練習もみんなで行けば楽しくがんばれます。初心者大歓迎です。

対 大人
開 第2・4日曜日 9:00～11:00
近隣の各種大会出場・親睦行事あり

対 ……対象者 **開** ……開催日 **場** ……開催場所 **料** ……参加費 **指** ……指定用品 **他** ……その他

- 一部の活動で別途諸費用がかかる場合があります。
- 各活動カレンダーにて開催日をご確認のうえご参加ください。
- 都合により日程、会場が変更になる場合があります。
- 指定用品につきましては、メーカーの都合により価格が変わる場合があります。

裏面に続く



場 南部町総合福祉センターしあわせ2階

エンジョイダンス 定員:20名

懐かしい曲に合わせて簡単なステップで体を動かしましょう。初めての方大歓迎!!

対 大人 開 月曜日 10:30~11:30
料 500円(税込)/回
※室内用靴をご持参ください。

エアロビクス 各回定員:20名

音楽に合わせて楽しく有酸素運動ができます。初めての方でも、安心して参加できるクラスです。

対 大人 開 金曜日 10:30~11:30
料 500円(税込)/回
※室内用靴をご持参ください。

しあわせヨーガ 各回定員:20名

ヨーガのポーズと呼吸で、ココロとカラダをほぐします。初めての方でも安心して参加できる「ビギナーズクラス」ともう少し動きたい方向けの「ベーシッククラス」があります。

ビギナーズクラス

対 大人
開 第2・4火曜日 14:00~15:00
料 700円(税込)/回

ベーシッククラス

対 大人 開 水曜日 14:00~15:10
料 700円(税込)/回

ウェーブストレッチ 定員:20名

「ほぐす」「引き締める」「伸ばす」ことで理想的な姿勢を作り出し、さらに機能的な動きを引き出すことができるエクササイズです。専用のリングを使って全身へアプローチします。

対 中学生以上
開 月曜日 19:30~20:15
料 500円(税込)/回

niko yoga 各回定員:20名

運動量が少し多めのテンポのよいヨガでココロもカラダもスッキリ!カラダの引き締めやダイエット効果もあります。

対 中学生以上
開 火曜日 18:30~19:30
料 700円(税込)/回

ロコトレ運動教室 (卒業生クラス) 各回定員:20名

美しい姿勢をキープするために必要な体幹トレーニングとしっかりと歩くための下半身強化を目指します。

対 ロコトレ運動教室
及びロコトレNEO修了者
開 第2・4金曜日 13:30~15:00
料 700円(税込)/回

健康太極拳 各回定員:15名

ゆったりした運動で無理なく足腰を鍛え、脳の活性化に効果がある健康法です。

一般クラス

対 大人
開 第2・4火曜日 10:15~11:45
料 500円(税込)/回
扇(2,000円程度)を使用します。
※扇は貸出用もあります。
※室内用靴をご持参ください。

入門クラス

対 大人
開 第1・3火曜日 10:15~11:45
料 500円(税込)/回
※室内用靴をご持参ください。

場 南部町総合福祉センターいこい荘
※4月よりいこい荘でもご入会手続きが可能です。

New

いこいヨーガ 定員:10名

ゆったりとした呼吸法と動きで身体を整えていくヨーガ療法のクラスです。

対 大人 開 木曜日 18:15~19:15
料 700円(税込)/回

New

チェアビクス 定員:15名

膝や腰に負担が少ない椅子に座ってできるエアロビクスです。

対 大人 開 火曜日 10:00~11:00
料 700円(税込)/回

入会方法

別紙入会申込書に必要事項を記入のうえ、参加を希望する月の前月25日までに窓口へお申込みください。

お申込みの際に必要なもの

①指定金融機関の口座番号

(山陰合同銀行/鳥取銀行/JA鳥取西部/ゆうちょ銀行)

※指定金融機関の口座をお持ちでない方は、お手数ですがご用意いただきますようお願いいたします。

②金融機関届出印

③申込者が20歳未満の場合は保護者の承諾印

④年会費

⑤保険料

(大会員、スイミングスクールのベビー・おやこ教室にお申込みの場合は任意加入)

⑥初回分の参加費、指定用品がある場合はその諸費用

(初回分とは、1ヶ月分または1学期分のこと、当日支払いの参加費は除きます。)

⑦スイミングスクールジュニアⅠ・Ⅱにお申込みの方は、顔写真1枚 (縦3cm×横2.5cm)

参加費について

初回分及び当日支払いの参加費を除いて毎月の口座振替となります。

お申込み内容の変更、退会、休会について

所定の届出用紙を上記を希望する月の前月25日までに窓口へご提出願います。

お申し出のない限り、自動継続となりますのでご注意ください。



ジュニアチーム入会のご案内



対…対象者
料…参加費

開…開催日
他…その他

場…開催場所

南部ベースボールクラブ

兼部不可

スポ少登録あり

対 小学1年～6年生

開 水曜日 16:00～19:00

土・日曜日 9:00～12:00

場 町民グラウンド(4月～11月・3月)

あいみドーム(12月～2月の水曜日)

トレーニングセンター(12月～2月の土・日曜日)

料 10,000円(税込)／年



南部ミニバスケットボールクラブ

兼部要相談

スポ少登録あり

対 小学1年～6年生

開 月・水曜日 17:15～19:45、土曜日 8:45～12:15

※月・水曜日が祝祭日の場合は8:45～12:15

場 西伯小学校体育館 料 6,000円(税込)／年

他 JBA個人登録料(4年生以上) 別途6,000円程度等

テニスクラブ(硬式)

兼部可(活動が重ならい場合)

対 小学1年生～中学3年生

開 水曜日 15:30～18:00(中級者以上)

土曜日 8:30～11:00(冬季9:00～12:00)

場 おおくにコミュニティ運動施設(水曜日)

西伯カントリーパーク(土曜日)

ふるさと交流センター(4月～11月の雨天の土曜日、12月～3月の土曜日)

料 6,000円(税込)／年



南部町剣道部 南部清流館

兼部可

対 小学1年生～中学3年生

開 火・木曜日 18:00～19:30

日曜日 10:00～11:30

場 会見小体育館(奇数月)

西伯小体育館(偶数月)

料 6,000円(税込)／年

他 竹刀、稽古着 10,000円程度



南部ジュニアサッカークラブ

兼部可

対 小学1年～6年生

開 火・金曜日 18:00～20:00、日曜日 8:30～12:00

場 おおくにコミュニティ運動施設(火曜日)

トレーニングセンター(金曜日)

西伯小グラウンド(日曜日)

南部町民体育館(冬季及び雨天の日曜日 9:00～12:00)

料 5～6年生 12,000円(税込)／年

1～4年生 10,000円(税込)／年



ソフトボール部

兼部可

対 小学1年～6年生

開 木曜日 16:30～18:30、土曜日 9:00～12:00

日曜日 13:00～16:00

場 西伯小グラウンド 雨天:町体

(5・7・9・3月の木曜日、4月～10月、3月の土曜日)

町民グラウンド 雨天:木曜日休み、日曜日トレーニングセンター

(4・6・8・10月の木曜日、4月～10月、3月の日曜日)

トレーニングセンター(12月・2月の木曜日、11月～2月の日曜日)

おおくにコミュニティ(11・1月の木曜日、11月～2月の土曜日)

料 6,000円(税込)／年

ジュニアチーム入会方法

- ◎新規の方 ……当クラブ入会方法に準じます。
- ◎既にジュニア会員の方…窓口にて「ジュニアチーム追加申込書」を記入の上お申し込みください。

登録費・参加費・諸経費について

●スポ登録費 500円(税込)

※但し、該当する活動に所属する会員のみの
※8月以降にご入会の方は不要

◎新規会員の方…お申込み時に現金でお支払いください。

◎既に会員の方…ご登録の金融機関口座より口座振替

●参加費・諸経費

各チームに直接お支払いください。ユニフォーム・練習着・用具・大会参加費等についても各チームにご確認のうえお支払いください。

体験・兼部について

- 体験1活動につき1回体験ができます。事務局にて「体験申込書」の記入(電話可)が必要です。
- 見学は随時可能です。保護者同伴のうえの体験・見学後のご入会をおすすめします。
- 兼部の方は週の活動時間が3日を越えないよう調整してください。

育成会について

- ジュニアチーム会員の保護者をもって組織します。

解約について

- ご解約をされる場合は事務局にて必ずお手続きをお願いします。

その他

取得した個人情報は下記の目的のために使用し、入会申込書の提出をもってご承諾を得たものとして対応します。

- 各チームの指導者に入会申込書の情報を共有させていただきます。
- スポーツ安全保険・スポ少登録、各チームの協会(連盟)等の登録や大会の参加申込登録時に使用します。
- 記載された住所にジュニアチームの事業に係る案内物を送付することがあります。

入会申込書及び各種届出用紙は当クラブホームページよりダウンロードできます。

スポnetなんぶ

検索

カチッ