

# ゴールデンエイジプログラム

子供たちの  
チャレンジを  
応援します!!

「ゴールデンエイジプログラム」で楽しくお子様の運動能力を育てませんか?  
運動能力が伸びやすい時期に、様々な運動体験をすることで運動能力が向上します。

●プレゴールデンエイジ(4~6歳) ●ゴールデンエイジ(7~12歳) ●ポストゴールデンエイジ(13~15歳)

時…曜日・時間 回…回数 所…会場 定…定員 指…指導者

※参加にはクラブ員登録が必要です。※各期開始日事前のお申込みが必要です。

※人数によっては開催を見合わせる場合があります。

※通年での申し込みは可能ですが、キャンセルされる場合の受講料の返金はありません。

☀ 日中の教室

🌙 夜の教室

No	教室名	内容	期間	写真
01	ちびっこうんどう	<p>いろいろメニューで小学校への入学準備!!</p> <p>時 月曜日                      年中 16:25~16:55                      年長 17:00~17:30                      ※②スイミングの期間は全員 16:30~17:10</p> <p>回 各期6回                      所 アリーナ※②のみプール                      定 各クラス8名                      指 ふくのスポーツクラブスタッフ(日本スポーツ協会公認指導者)</p>	<p>①からだづくり5/25~6/29                      ②スイミング7/27~8/31                      ③ボール遊び9/7~10/26                      ④マット鉄棒11/2~12/14                      ⑤マット跳び箱1/18~2/22</p>	
02	チアダンス	<p>楽しく元気に活動します!! (各種イベントのステージ発表にも参加します)</p> <p>時 月曜日                      キッズクラス(小学1・2年) 15:10~16:00                      ジュニアクラス(小学3年生以上) 16:05~17:05                      幼児クラス(年中~年長) 17:10~17:50</p> <p>回 各期14回                      所 リフレッシュスタジオ                      定 キッズ・ジュニアクラス各15名 幼児クラス10名 指 城寶 沙織</p>	<p>①4/6~8/3                      ②9/7~3/8</p>	
03	キッズティーボール	<p>野球に触れて未来への夢を見つけよう!!</p> <p>時 月曜日 19:00~20:00                      回 全5回                      所 サブアリーナ                      定 15名                      指 南砺市野球協会福野支部</p>	<p>1/18~2/15</p>	
04	親子で遊ぼう!! (サッカー)	<p>親子でボールを夢中に追いかけて見ませんか? 楽しく汗をかきましょう。</p> <p>時 金曜日 19:10~20:00                      回 全8回                      所 サブアリーナ                      定 20組                      指 日本サッカー協会公認B級コーチ 河合 実                      ※保護者の方もクラブ員登録が必要です。</p>	<p>5/8~6/26</p>	
05	ちびっこサッカー	<p>神経系が発達する大切な時期。 体力づくりにも役立ちます。</p> <p>時 金曜日 19:10~20:00                      回 各期8回                      所 サブアリーナ                      定 20名                      指 日本サッカー協会公認B級コーチ 河合 実</p>	<p>①7/17~9/11                      ②10/2~11/27                      ③1/8~2/26</p>	

No	教室名	内容
06	ジュニアトランポリン (体験コース)	トランポリンはいろいろなスポーツの素 養づくりに役立ちます!まずは体験して みませんか?経験者も参加可能です。  時 月曜日 Aクラス(1,2年生)15:30~16:10 Bクラス(3年生~中学生)16:10~17:00 回 全5回 所 アリーナ 定Aクラス12名 Bクラス16名 指 ふくのスポーツクラブスタッフ(日本体操協会公認指導員)
	ジュニアトランポリン (バッジテスト習得コース)	基本ジャンプを身に着けバッジテスト の段階練習を行います。  時 月曜日 Aクラス(1,2年生)15:30~16:10 Bクラス(3年生~中学生)16:10~17:00 回 全8回 所 アリーナ 定Aクラス12名 Bクラス各16名 指 ふくのスポーツクラブスタッフ(日本体操協会公認指導員)
	ジュニアトランポリン (バッジテスト受験コース)	バッジテスト合格を目指してチャレンジ しよう!!練習成果を試してみよう!  時 月曜日 Aクラス(1,2年生)15:30~16:10 Bクラス(3年生~中学生)16:10~17:00 回 全10回 所 アリーナ 定Aクラス12名 Bクラス16名 指 ふくのスポーツクラブスタッフ(日本体操協会公認指導員)
	ジュニアトランポリン (体カづくりコース)	トランポリンで楽しく体カづくりしよう!!  時 月曜日 Aクラス(1,2年生)15:30~16:10 Bクラス(3年生~中学生)16:10~17:00 回 全8回 所 アリーナ 定Aクラス12名 Bクラス16名 指 ふくのスポーツクラブスタッフ(日本体操協会公認指導員)
07	ジュニアサッカー	放課後を仲間と楽しく過ごしませんか?  時 木曜日 15:30~16:30 回 各期8回 所 サブアリーナ 定 15名 指 FCふくの
	運動大好き	ボールゲームを中心に楽しく体を動 かします。運動が嫌いな子にもおす すめ!!  時 木曜日 16:20~17:10 回 各期8回 所 アリーナ 定 20名 指 ふくのスポーツクラブスタッフ(日本スポーツ協会公認指導者)
	Street Dance	ヒップホップのステップをベースに 振り付け練習も行います。 (各種イベントのステージ発表にも参加します)  時 金曜日 16:10~17:00 回 各期12回 所 リフレッシュスタジオ 定 20名 指 日本スポーツ協会公認指導者 高橋 理菜
09	Street Dance	ヒップホップのステップをベースに 振り付け練習も行います。 (各種イベントのステージ発表にも参加します)  時 金曜日 16:10~17:00 回 各期12回 所 リフレッシュスタジオ 定 20名 指 日本スポーツ協会公認指導者 高橋 理菜
10	テニス大好き	テニスを通して仲間と体づくり。  時 金曜日 17:00~18:00 回 各期10回 所 サブアリーナ 定 12名 指 日本テニス協会公認上級指導者 笹田 節子 ※貸出しラケットあり
	テニス大好き	テニスを通して仲間と体づくり。  時 金曜日 17:00~18:00 回 各期10回 所 サブアリーナ 定 12名 指 日本テニス協会公認上級指導者 笹田 節子 ※貸出しラケットあり



No	教室名	内容		
11	かけっこジュニア陸上	<p>低学年の間に「かけっこ」や「いろいろな動き」で体の使い方を身に着けます。 ※ふくのたすきリレー大会に参加します。</p> <p>時 土曜日 19:00~19:50 回 各期8回 所 アリーナ 定 15名 指 ふくのスポーツクラブスタッフ(日本スポーツ協会公認指導者)</p>	<p>----- 期間 -----</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●①4/18~6/6</li> <li>●②6/13~8/1</li> <li>●③8/22~10/10</li> <li>●④10/17~12/5</li> </ul>	
	<p>土</p> <p>対象 小学1・2年生 受講料 各期3,500円</p>			
12	ジュニアスイミング	<p>水慣れから優しく指導いたします。</p> <p>時 13:00~13:40 回 各コース5回 所 プール 定 各クラス20名 指 センターインストラクター 大村 貴則</p>	<p>----- 期間 -----</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●①1・2年コース(月) 7/27~8/24</li> <li>●②3年生以上(木) 7/30~8/27</li> <li>●③1・2年コース(土) 7/25~8/29</li> </ul>	
	<p>月 土</p> <p>対象 小学生 受講料 各コース3,000円</p>			
13	ジュニアウォータープログラム (BG塾)	<p>水の中でのいろいろな活動を体験します。</p> <p>時 火曜日 9:00~11:00 回 4回 所 プール 定 10名程度 指 センターインストラクター 大村 貴則</p>	<p>----- 期間 -----</p> <p>※9:00~10:00夏休みの宿題 10:00~11:00</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●①7/28</li> <li>●②8/4</li> <li>●③8/18</li> <li>●④8/25</li> </ul> <p>プール プログラム</p>	
	<p>火</p> <p>対象 小学生 受講料 3,000円 ※放課後子供教室事業とコラボ</p>			
14	ジュニアバスケットボール	<p>基本を身に付け、ゲーム練習で競技力向上を目指す!!</p> <p>時 木曜日 19:00~21:00 回 各期20回 所 福野中学校第二体育館 定 25名程度 指 NANTO EASTバスケットボールクラブ</p>	<p>----- 期間 -----</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●①4/9~9/17</li> <li>●②10/8~3/18</li> </ul>	
	<p>木</p> <p>対象 小学5年生~中学生 受講料 各期4,000円</p>			
15	キッズ・ジュニアバドミントン	<p>基本やマナー、ルールを学びます。 バドミントンにチャレンジしてみませんか?</p> <p>時 金曜日 19:00~21:00 回 各期15回 所 アリーナ 定 20名 指 南砺市バドミントン協会</p>	<p>----- 期間 -----</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●①4/10~9/25</li> <li>●②10/2~3/26</li> </ul>	
	<p>金</p> <p>対象 小・中・高校生 受講料 各期5,000円</p>			
16	ジュニア陸上	<p>体力レベルや種目に合わせた指導で各種大会出場を目指します!!</p> <p>時 土曜日 18:30~20:00 回 各期8回 所 SaSaJimaフィールド旅川(雨天・冬期 アリーナ) 定 合計40名程度 指 ふくの陸上クラブ(JAAF公認ジュニアコーチ)</p>	<p>----- 期間 -----</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●①4/18~7/11</li> <li>●②8/22~11/14</li> <li>●③12/12~3/13</li> </ul>	
	<p>土</p> <p>対象 小学3年生~中学生 受講料 各期3,500円</p>			
17	ジュニアスポーツクラブシューイチ	<p>楽しくいろいろなスポーツを楽しみます!! 親子でも参加出来る!!</p> <p>時 月曜日 19:15~20:30 回 各期15回 所 サブアリーナ 定 各期15名 指 日本スポーツ協会公認指導者</p>	<p>----- 期間 -----</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●①5/11~10/19</li> <li>●②10/26~3/8</li> </ul>	
	<p>月</p> <p>対象 小学生3年生以上 どなたでも 受講料 各期3,000円 ※兄弟、親子参加は1組4,000円 (3人目からはプラス2,000円) (市民の体力づくり事業)</p>			