

# SVきたかみ 体験会

## 11月,12月体験会日程

- 卓球  
11月20日⑩13:00～15:00
- バレー  
11月25日⑤18:00～20:00
- レスリング  
11月26日⑩10:00～11:30
- サッカー  
11月30日⑩19:00～20:30
- 体操  
12月 3日⑩ 9:30～11:00
- 自動車  
12月 3日⑩10:00～15:00  
(お昼休憩あり)

◎体験会の参加費は無料です。

◎体験会に日程が合わずに参加できない方も申し込みフォームからお気軽にお問い合わせください。

### 卓球

日本の卓球競技はオリンピックでもメダルを獲得するなど世界でもトップレベルです。その選手の多くは幼少期に始めています。皆さんも未来のメダリストを目指しませんか。

対象	小学1年生～小学4年生の男女
通常活動日	毎週木曜日16:00～18:00・土曜日9:00～12:00
活動場所	専修大学北上教育福祉専門学校第二体育館2階
用意するもの	中履き(運動シューズ)・タオル・着替え(ユニフォーム又はTシャツ)・卓球用具一式 ※体験会では卓球用具一式は貸し出します。

### バレー

中学生対象のパーソナルトレーニングです。  
各々の課題に対応いたします。

対象	中学1年生～中学3年生の男女
通常活動日	毎週木曜日 18:00～20:00
活動場所	本校体育館
用意するもの	上履きシューズ・運動着・飲み物

### レスリング

当教室では、友達作りから身体作りまでを前提にプログラムを実施していきます。レスリングは全身運動であり、さらにはお互いが接近し合って組み合わせスポーツです。子供にとって必要なコーディネーション能力(柔軟性・俊敏性・バランス感覚)を養うには最適なスポーツです。

対象	8歳・小3年生～15歳・中3年生の男女
通常活動日	月・水曜日 17:30～19:00
活動場所	専修大学北上教育福祉専門学校 第2体育館一階レスリング場
用意するもの	上履きシューズ・動ける服装(運動着)・タオル

### <体験会へのお申し込み方法>

QRを読み込んで、専用フォームからお申し込み  
いただくか、以下のお申し込み先に、

- ①お名前
  - ②未成年の場合は保護者のお名前
  - ③学年・年齢
  - ④緊急時連絡先(電話番号)
  - ⑤申し込み種目・体験日
- をご連絡ください。



### サッカー・フットサル

いつでも、どこでも、誰とでもフットボールを一生楽しめるよう一緒に活動しましょう。日本一を目指す高校生たちと一緒にトレーニングに参加していただけます。

対象	小学4年生～中学3年生の男女
通常活動日	毎週月・木曜日 19:00～20:30 (小学5年生～中学3年生) 毎週水曜日 19:00～20:30 (小学1年生～中学3年生)
活動場所	月・木 / 専大北上高河川敷サッカー場 or 北上総合運動公園 水 / 北上市民多目的催事場 ※当日の活動場所は、専大北上高河川敷 サッカー場になります。
用意するもの	サッカーボール、飲料。(トレーニングシューズを推奨しています) ※体験会では、サッカーボールを貸し出します。

### 体操

体操はどのスポーツにも通じる運動です。トランポリンやマット運動で身体を鍛えます。全国大会を目指している高校生も一緒に指導していただけます。

対象	小学1年生～小学6年生の男女
通常活動日	日曜日 9:30～10:30(月予定表による)
活動場所	専修大学北上高校体育館
用意するもの	運動しやすい服装・飲み物

### 自動車

自動車は私たちの生活になくてはならないモノです。県内唯一の自動車科がある専大北上高校で、車や機械に興味がある生徒が集まる自動車部の部員と一緒に、ラジコンやミニ四駆などの玩具やTVゲームを利用したシミュレータ、実際の工具を使用しての工作作業などを行いながら、車というものを身近に感じてもらいたいと考えています。

対象	小学1年生～一般
通常活動日	毎月第2水曜日 17:00～19:00
活動場所	学園自動車整備工場
用意するもの	動きやすい・作業のしやすい服装・飲み物(水分を補給していただくもの)

## お申込み・お問い合わせ等

### SVきたかみ

〒024-8508 岩手県北上市新穀町二丁目4番64号 専修大学北上高等学校内  
TEL.0197-63-2341(代) / FAX.0197-63-7458 E-mail:sv@kitakamicity.jp