

主 催：さいたま新都心公園指定管理者
(さいたま新都心公園まちづくりパートナーズ)

さいたま新都心公園 スポーツ教室のご案内

事務局：一般社団法人さいたまスポーツコミッション

お申込み・各種お問合せ（平日9:00～17:00）



048-762-8476

info@saitamasc.jp

ご参加は事前にご連絡ください♪



大人のチアチーム「Silky Gem」



”楽しい人生は笑顔から”
自分を大事にチアを楽しみます

未経験からのスタートもOK！
今だからこそ、本気で楽しみま
す♪一緒にチアしませんか？

- ✓ 約1か月程度で区切りよく、進
行しますので、途中参加になっ
ても不安な時間は続きません♪
- ✓ 発表会への参加は強制しません
- ✓ 60代の方もいっしょに楽しんで
います

日程：月曜日（毎月3回）

時間：10:30～11:50

対象：30歳以上の女性の方

費用：6,600円（月3回）

キッズ運動教室



運動神経の土台づくりで
『できる!』の種をまく

SAQトレーニングやコーディネーショント
レーニングを取り入れ、運動を楽しく続け
ていく土台づくりを行います。鬼ごっこや
リズムエクササイズ（格闘技の動き）、フ
ラフープ、ラダー、タッチゲーム等実施。”
負けたくない”の気持ちも大事にします。

日程：月曜日（毎月2回）

時間：17:00～18:00

※18:45まで集会室内で、スタッフが見守
ります。お迎えまで宿題やご持参の軽食を
お取りいただけます。

対象：小学2～4年生

費用：3,500円（月2回）

※諸経費：入会時に1,000円（保険料 等）

※回数券：6回の回数券は8,500円でご利用
できます。（2,000円お得です）

ボクサシェイプ



パンチ&キックで、
スッキリ爽快・全身キレイ！

音楽に合わせてパンチキック！燃
焼拔群プログラムです。体力増進
効果やストレス解消をしていきま
しょう。

日程：月曜日（毎月2回）

時間：19:00～20:00

対象：中学生以上（小学生は相談）

費用：3,500円（月2回）

※回数券：6回の回数券は8,500円でご利用
できます。（2,000円お得です）

【スポーツ教室会場】さいたま新都心公園 集会室（さいたま新都心駅から徒歩7分）

【教室カレンダー】さいたま市大宮区北袋町1丁目190番24

チア教室		キッズ運動教室/ボクサシェイプ	
7月	6日(月)、13日(月)、27日(月)	7月	6日(月)、27日(月)
8月	3日(月)、24日(月)、31日(月)	8月	10日(月)、24日(月)
9月	7日(月)、14日(月)、28日(月)	9月	7日(月)、28日(月)
10月	5日(月)、19日(月)、26日(月)	10月	5日(月)、26日(月)
11月	2日(月)、9日(月)、30日(月)	11月	9日(月)、30日(月)



▶スケジュールや詳細は上記QRコードよりHPをご覧ください

体験会随時開催！

1回無料

お気軽に
お越しください！