



トレーニング室利用案内

お手軽料金	市内利用者	市外利用者	
	回数券(5回分)	2,050円	2,750円
	定期券(1ヶ月分)	4,110円	5,500円

※市内利用者の方は在住・在学・在勤の場合、身分証明書をお持ちください

トレーニング後は
風呂・サウナでリフレッシュ



Bath



Sauna



愛知県下最大級の
クライミングウォール

卓球台好評貸し出し中!

ラケット、球の貸し出し無料!手ぶらで卓球を楽しめます

ワンコイン



- 場所 2階ロビー
- 時間 500円/1時間
- 申込 1階受付にてお申し込みください

※事前予約不可



休館日

4

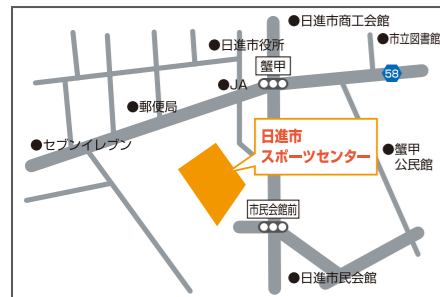
MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

5

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				1	2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30

6

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				



インドアスポーツスタジアム
日進市スポーツセンター

住所 ▶ 〒470-0122 愛知県日進市蟹甲町家布58番地1
 電話番号 ▶ (0561) 75-1888
 営業時間 ▶ 9:00~21:00
 アクセス ▶ 「くるりんばす」全コース「市役所」より徒歩8分
 指定管理者 コナミスポーツ・エアアワン共同事業体

詳しくは、日進市スポーツセンター
公式サイトをご覧ください。



スマホでもOK!

<https://www.nissin-sc.jp/>

日進市スポーツセンター

SPOCEN PRESS Vol.31

2021年4月発行 編集・発行 コナミスポーツ・エアアワン共同事業体 住所/愛知県日進市蟹甲町家布58番地1 TEL/0561-75-1888

日進市スポーツセンター広報誌 スポセンプレス

POCEN PRE

2021.APR
Vol.31
Take Free

小川翔選手

Ogawa Sho

日進市出身アスリート紹介!!



空手教室紹介

ファミリー
エンジョイテニス2021
募集要項

健康教室紹介

MASPRO

BTS

ウチダ工業

U.S. ユー

ミヤ電子株式会社
(株)クレイマ

日進市出身アスリート紹介!!

キックボクシングの選手として
インターナショナル、さらに世界を目指して戦います。
日進市で開かれるイベント出演や教室を通じて
市民の健康増進、体力づくりの力になりたいと活躍中です。

小川 翔

Ogawa Sho



Profile プロフィール

- 小川 翔 Ogawa Sho(おがわ しょう)
- 出身地/日本 愛知県 日進市
- 生年月日/1993年6月10日
- 身長・体重/171cm・66kg
- 所属/OISHI GYM
名古屋市名東区猪子石原2-616
- プロデビュー/2009年1月
- 入場曲/「Alexandros」ワタリドリ
※日進市出身のメンバー磯部寛之さんのご縁
- 好きな食べ物/スイーツ、パフェ、焼肉

🏆 おもなタイトル獲得歴

ホーストカップ スーパーライト級王者
元WBCムエタイ 日本統一ライト級王者
※WBCはインターナショナルに
ステップアップするため国内タイトルを返上
蹴拳ムエタイ スーパーライト級王者
第2代 REBELS-MUAYTHAI ライト級王者
K-1甲子園2012王者
【戦績】58戦32勝(8KO)23敗3分

📅 最近の試合

2020年12月27日
「ホーストカップスーパーライト級タイトルマッチ」
(名古屋国際会議場)にて勝利、現王者として見事
初防衛を果たす。
2021年1月30日
「RISE 145 Event」(東京・後楽園ホール)に出場、
自身がRISEライト級(-63kg)4位にランクし、同階級
3位の選手と対戦し、惜しくも判定負けを喫する。
現在、同階級3位にランク。

主なトランクスponsor企業

- ①マズプロ電工(株) ※メインスポンサー
- ②Morethan Motorsport
モアザンモータースポーツ
- ③名東温泉花しょうぶ
- ④(株)東海図書館サービス
- ⑤ミヤ電子(株)
- ⑥(有)日進書房
- ⑦ウチダ工芸 他

Introduction 小川 翔選手を知る

国内タイトル4冠奪取

ピーター・アーツ、アーネスト・ホーストに憧れて幼い頃から空手をはじめ、小学校3年生で地元のボクシングジムにも通うようになる。小学校6年生で極真空手の世界大会で優勝し、中学入学を契機に大石道場へと移り、2009年・15歳でプロデビューを果たす。
強さの秘訣は高校生の頃から体幹トレーニングを取り入れ、作り上げた強靱な身体・当たってもぶれない軸である。愛知を代表する国内有数のトップファイターとして活躍し、国内のタイトル4冠を手に入れている。

プロとして頂点を目指す

プロとして、次のステップである世界のベルトを獲得するため、自分を高め満足するまで戦い続ける。ムエタイ最高峰の舞台に立ち、WBCムエタイインターナショナル王者、さらなる世界タイトルを獲得するため、頂点を目指す。

働きながら目標を追う

普段は、瀬戸市の会社に勤務し、工場で働いたあとジムに通う。ファイターとして決して恵まれた環境ではないが、そんな苦勞を見せない好青年である。正義感はあるが、静かで温情があり、仲間にも慕われている。

地元貢献の横顔も

キックは危険ではなく自分を守るための全身運動であることや、キックボクシング・ムエタイの魅力を地元日進市で伝えている。他にも、地元の祭りや市のイベントにも出演。試合用トランクスでは地元企業の支援も得ており、試合では悔しい思いをすることもあがるが、地元の同級生、住民など多くの声援が大きな力と支えになっている。

プロフェッショナルとは ~子どもたちへのメッセージ~

「目標、志、夢を持ち、その為に自分を追い込む。自信やプライドを持って辛抱強く頑張れるか」それがプロフェッショナルなのです。
夢を持って、走ろう! 目標ができたなら走るだけ! 自分を信じて進もう!!



地域活動にも参加!

日進市主催 にしんスポーツフェスタへの出演

- 2021年3月13日
トップアスリートによるスポーツ教室
(総合運動公園)
- 2021年3月21日
スポーツ祭(スポーツセンター)
※上記2日間、キックボクシングdeエクササイズのプログラムにおいて出演
- 竹の山自治会主催夏まつり(2020年中止)
- 竹の山学区家庭教育推進委員会主催
ふれあいまつり(2020年中止)

各種講座講師 (にしんスポーツクラブ主催、通年事業)

- キックムエタイトレーニング
(毎週水曜午後8:00~8:50、日進市スポーツセンター)

小川 翔選手 教室紹介

現役日本チャンピオンが指導!! キックムエタイトレーニング

2021年度 にしんスポーツクラブナイト講座

日進市出身のキックボクシングの現役日本チャンピオン小川翔選手が、キックボクシングとムエタイを指導します。
キックやパンチを使って全身を動かすフィットネスを体験します。
基礎代謝を上げれば身体が引き締まり、運動不足やストレス解消にも効果的です。
芸能人やモデルの間でも流行っているムエタイ、キックボクシングをぜひ体験してください。

生徒募集中!!



毎週水曜日 午後8:00~8:50
【場所】日進市スポーツセンター
【講師】小川 翔
元WBCムエタイ日本統一ライト級王者
●定員 20名 ●月会費 2,100円

お申し込み・お問い合わせ お気軽にどうぞ!!

にしんスポーツクラブ(総合型地域スポーツクラブ)
〒470-0122 日進市蟹甲町家布58-1 日進市スポーツセンター内

TEL0561-57-7710

にしんスポーツクラブ 検索

空手 KARATE

2021年開催予定の東京オリンピック・パラリンピックで空手競技が実施されます。
今回は日進市スポーツセンターで行われている空手教室に密着し、
空手の魅力を紹介します。

東京オリンピック・パラリンピックで実施!!

空手とは

突きや蹴りなど、武術ならではの動き「空手」
礼に始まり、礼に終わる...言葉のとおり
礼節を重んじ、心身を鍛磨する正式には空手道と呼ばれる武道です。

空手は大きく分けると美しさの「形」と戦いの「組手」というふたつの種目に分類されます。



形

それぞれの形には名称があり、演武に入る直前にその名前を呼称する。
形には一連の決められた動作があり、定められた技の正確さを競う。



相手の動きを想定して 構成され創られた「形」

- 技の正確さ、力強さやスピード・リズム・バランス・極めを競う
- 審判5人~7人による点数制
- 世界空手連盟が認定する形リストから選んで演武する



組手

個人戦で行われる。どちらが効果的な攻撃を極めることができるかを競う。
ただし、目標部位にヒットすることはない。
目標の手前でコントロールするが、中段（胴体部分）へのコンタクトは認められる。



相対する2人の選手が速く、正確に、 力強く極める攻防「組手」

- 攻撃部位は「上段（頭部・顔面・頸部）」と「中段（腹部・胸部・背部・脇腹）」
- 試合時間は男女3分間（成年）



礼節を重んじる

空手は元々沖縄で発祥し、今や世界180ヶ国以上の国や地域で老若男女問わず愛されています。空手を知らない人からのイメージは「危険」「怖い」そんなイメージではないでしょうか？もちろん技が決まればダメージもありますし、相手と対峙すれば恐怖心もあるでしょう。中には「板や瓦を割る」のが空手と思う人もいますが、これらは空手の「ある一面」にすぎません。本来空手は武術、護身術ではありますが、近代においてはその武道性を通して人格形成、心身鍛錬、幼少期からの子供の心身育成や体力向上など人間教育において評価されています。

また、東京オリンピック・パラリンピックで実施される空手はスポーツとして「行う」ことも「見る」ことも楽しむことができます。

私ども天空会空手は日進市内において約40年の歴史を有し、東京オリンピック・パラリンピック種目の空手を推進する国内公式空手道統括団体「(公財)全日本空手道連盟」所属の四大流派である糸東(しとう)流、和道(わどう)流、剛柔(ごうじゅう)流、松濤館(しょうとうかん)流の糸東流(会派は糸東会)に所属しています。子供たちの指導においては(公財)日本スポーツ協会の空手道専門コーチ資格を有する指導者が最新のコーチング理論に基づき指導し選手レベル向上(小中学生の全少、全中など県代表選手、高校生インターハイ出場選手など輩出)に日々努めています。

ぜひ、皆さまも空手の魅力に触れてみてください。各教室、体験、見学随時可能です。お気軽にお問い合わせください。

なお、現在は新型コロナウイルス感染症対策のため見学、体験の際は皆様にマスク着用、施設入所前後の手指消毒、検温をお願いしています。また換気のため各会場窓を開放しておりますことご了承ください。

(※本来、「空手道」と表記すべきですが、昨今メディアを見ると「空手」表記が多いので「空手」と表記しました。)

日進市空手道連盟 理事長 全日本空手道連盟糸東会
天空会 会長/大屋 芳郎(おおや よしお)



明るく、人にやさしく、たくましく

会員生
募集

全日本空手道連盟糸東会 千政館愛知本部
愛知県空手道連盟加盟団体

天空会 TENKU-KAI

【場所】日進市スポーツセンター 第3競技場

水・土曜日	小学1・2年生	17:00~18:30
	小学3・4年生以上	18:30~20:00
	小学5・6年生以上	20:00~21:00
水曜日	キッズ空手 (幼児対象のカラテスクール)	15:45~16:45

<問い合わせ>

TEL 0561-73-3890

携帯 090-7677-8192 (大屋まで)

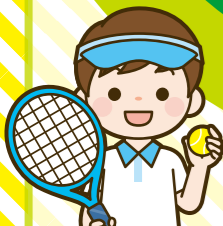
メールアドレス fd3s-y.tenku@hi3.enjoy.ne.jp

ホームページ http://tenkuukai.jp/

ファミリーエンジョイテニス 2021

ちびっこテニス講習会

お子さまと保護者さま・ご家族を対象に
キッズボールとミニラケットを使用したテニス講習会です。
お母さま、お父さま、おばあさま、おじいさまも大歓迎。
一緒に夏のテニスの思い出を作りましょう!



family enjoy tennis 2021



初めてでも
楽しめます!



小さなお子さまも
大歓迎♪



Let's enjoy!



2021年
8/21 [土]

10:30~12:00 (10:00受付) 予定

会場 日進市スポーツセンター
第1競技場

住所/ 愛知県日進市蟹甲町家布58-1

【主催】日本女子テニス連盟
【主管】日本女子テニス連盟 愛知県支部
【共催】日進市スポーツセンター
【協賛】(株)ダンロップスポーツマーケティング・
アマスポーツジャパン(株)・グローブライド(株)・
ヨネックス(株)・ヘッドジャパン(株)

日本女子テニス連盟 (JLTF) 愛知県支部
HP <http://www.jltf-aichi.com/>
支部長 竹田恵美子 普及部長 竹村千鶴
※これによって得た個人情報は利用目的以外には
使用いたしません

参加費 お子さま1人100円(保険代)
対象 10歳ぐらいまでのお子さまとその保護者さま

**30組
限定**

申込方法

往復はがきに『ファミリーエンジョイテニス2021申込』と記載し、参加
保護者さま氏名・住所・連絡先(携帯)・お子さま氏名(フリガナ)・学年・年
齢・性別を明記の上、下記申込先へ郵送にてお申し込みください。返信
宛先をご記入願います。

★申込締切 **7月31日(土) 必着**

申込・問合せ先 金森 裕美
〒444-1305 愛知県高浜市神明町8-17-16
☎090-4099-1118

CHECK

- ① 貸しラケットあります(無料)
- ② 運動のできる服装でお越しください
- ③ 体育館シューズをお持ちください
- ④ 飲み物を用意し暑さ対策してお越しください
- ⑤ 体調の優れない場合は参加をご遠慮願います



みんなで
楽しもう♪

PICK UP SCHOOL

おすすめ教室 4・5・6月

子どもから高齢者の方にも楽しめる様々な健康教室を開催しています。過ごしやすい季節に体力×カラダづくり♪

月 曜

ポップピラティス

音楽にあわせて、時間を忘れて
楽しくエクササイズ!



火 曜

キレイヨガ

美脚・美尻・美しい姿勢や後ろ姿、
ヨガでアンチエイジングを目指します。



水 曜

キッズダンス

子どものならい事注目度No.1
新学期に合わせて始めよう!



biima Sports

対象年齢
3~9歳
(年少~小3)

2020年9月~日進市スポーツセンター(日進校)にて、開校中!
東京でオススメの幼児体操教室ランキング1位!
スポーツ科学×幼児教育学 ふたつを融合した21世紀型教育の、
新しい総合キッズスポーツスクール「biima sports」を、
一度体験してみませんか??

日進校 日進市スポーツセンター 第一競技場・第二競技場

月曜校・金曜校 定員各20名

年少・年中 15:00~16:00
年長・小学1~3年生 15:55~16:55

コーチ 奥田裕介

日進市スポーツセンターで毎週月
曜金曜の15時から子供たちに指導
しています!楽しく汗をかくをモッ
トにやっていますのでぜひ一度
見に来てください!

体験会は事前のご予約をお願いしております。

右記WEBから、またはお電話でもお申し込みいただけます。

お電話は混み合う場合がございます。 **03-6869-7697**
(予約専用: 受付時間 平日11:00~17:00)



左記のQRコードまたは「ビーマスポーツ」で検索(24時間受付)

<https://biima.co.jp/sports>

ビーマスポーツ 検索

2021年4月~ **碧南東校・名古屋校 開校決定!** 詳しくはビーマスポーツHPをご確認ください。

スポーツ&カルチャー教室スケジュール

2021.4~6月

月 曜	火 曜	水 曜	木 曜	金 曜	土 曜	日 曜
ダイエット骨盤メソッド 10:00~11:00	フローヨガ 9:45~10:45	いきいき 健康体操教室 9:45~11:00		ボディコンバット 9:45~10:45		ハタヨガ 9:45~10:45
楽しいリトミック ①10:00~10:50 ②11:00~11:50	キレイヨガ 11:10~12:10	楽しいリトミック ①10:00~10:50 ②11:00~11:50			コア&フィジカル トレーニング 11:10~12:10	
筋膜リリース 11:10~12:10	心と身体をほぐす フラダンス 11:15~12:15	OyZ運動スクール (足腰強化) 11:30~12:30	ソフトエアロピクス 11:00~12:30	OyZ運動スクール (脳活性化) 13:30~14:30	ボディコンバット ①11:15~12:15 ②12:45~13:45	フローヨガ 11:15~12:15
ポップピラティス 13:30~14:30	心と身体をほぐす フラダンス 12:30~13:30	キッズダンス (ビギナーI) 15:05~15:55	ケガをしないさせない 機能改善ヨガ 13:30~14:30	biima sports 年少・年中 15:00~16:00		
ハタヨガ 13:30~14:30	心と身体をほぐす フラダンス 12:30~13:30	キッズダンス (ビギナーII) 16:00~16:50		biima sports 年長・小学1~3年生 15:55~16:55		
ハタヨガ 14:45~15:45	ハタヨガ 15:15~16:15	心と身体をほぐす フラダンス 19:30~20:30		ジュニアダンスI (レベル別) 16:40~17:40		
biima sports 年少・年中 15:00~16:00		心と身体をほぐす フラダンス 19:30~20:30		ジュニアダンスII (レベル別) 17:50~18:50		
biima sports 年長・小学1~3年生 15:55~16:55	ボディコンバット 19:45~20:45	フローヨガ 19:30~20:30	美しさをつくる ベリーダンス 19:45~20:45			
ジュニアダンスIII(レベル別) 17:50~18:50						

- 目的別のエクササイズ
- 趣味と健康を兼ねた教室
- ゆったりとした動きで無理なくエクササイズ
- 60歳からの運動教室
- お子様向け教室
- biima sports