



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

- 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  
※事前予約不要



休館日

4

5

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					

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	31		

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



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・エリアワン共同事業体

POCEN  
PRE

2019 APR  
VOL.26

Take Free

SPOCEN PRESS Vol.26 2019年4月発行 編集・発行/コナミスポーツ・エリアワン共同事業体 住所/愛知県日進市蟹甲町家布58番地1 TEL/0561-75-1888



ゲスト：山本昌さん

特集

今年も大盛況!  
スポーツフェスタ

スポセン内レストラン  
ラ・フィーユ紹介

2019年度  
第1期教室情報



好評販売中!!



# にこにこウォーク

毎年3月に開催される日進市最大級のお祭り「にっしんスポーツフェスタ」。今にも雨が降り出しそうな中、延べ1,000名にも及ぶ参加者が集まりました。開会式では市長をはじめ、野球評論家（元中日ドラゴンズ）山本 昌さんから温かいお言葉をいただきました。その後、にっしん体操や準備体操を皆で行いました。

今年から負担の少ない1.6 kmの短いコース（スロージョギングコース）が新たに加わりました。スタートラインでは山本昌さんが握手やハイタッチなどをして笑顔で参加者を送り出していました。

**スロージョギングとは ...**  
隣の方と話ができるくらいの運動の強さで行います。普通に歩くよりもやや遅いスピードで歩きます。

## コース紹介

- 1 野方橋コース 約 3.5 km
- 2 岩崎川コース 約 5.0 km
- 3 北高上緑地コース 約 7.0 km
- 4 **NEW** スロージョギングコース 約 1.6 km



日進市のマスコット・キャラクター「ニッシー」も登場したよ♪

## 会場：日進市役所南駐車場

- 8:30～9:00 参加者受付
- 9:00～9:20 開会式・準備体操
- 9:20～9:35 ウォーキング講座
- 9:40～ スロージョギング講座・ウォーキングスタート
- 10:00～ スポーツイベント

# にっしん スポーツフェスタ開催

## 約 100mにも及ぶ大行列

少し肌寒い中、各コースのウォーキングがスタートすると、約100mはあろうかというほどの列ができていました。昨年に比べるとベビーカー連れの親子が多いように見えました。子ども達は走り回ったり、草花を摘んだりして楽しそうに歩いている様子うかがえました。また、将来の夢を話し合っている親子もあり、コミュニケーションをはかるいい機会にもなりました。途中、小雨が降り始めてきましたが何とか最後まで終えることができました。終盤になるにつれ、列は広がりばらつきはあるものの皆さん、気持ちよさそうにゴールしていました。

## ゴールした後はお楽しみの参加特典♪

にこにこウォーキング終了後には、日進市役所南駐車場で様々な参加特典がありました。冷えた体が温まるコーンスープや、エネルギー補給のバナナ。他にも協賛企業から提供していただいたお楽しみ抽選会等、小雨が降っていることも気にならないくらい皆さん楽しそうな様子でした。特に事故やトラブルなく無事終えることができ、イベントは大盛況でした。



コーンスープのふるまい



バナナの配布



お楽しみ抽選会



飲食物販ブース





# にっしんスポーツフェスタ スポーツ祭

## 延べ2,800名のご来館ありがとうございました！

にっしんスポーツフェスタのもう一つの目玉、日進市スポーツセンター開催の「スポーツ祭」。市民の皆様へ、日頃のご愛顧に感謝し、様々なイベントが全て無料で楽しめる特別な一日となっています。ダンスなどの市民発表会や各団体様によるスポーツ関連ブース、さらには各協賛企業から提供いただいた豪華景品の当たる大抽選会を行いました。延べ2,800名もの来館者で会場全体は大いに賑わいました。



## 館内はたくさんのイベントやブースがたくさん！

第一競技場をメインステージとし、各ブースで様々なイベントが催されました。かわいいキッズチアから迫力溢れる太鼓などジャンルの問わないステージパフォーマンスショーが開催されました。愛知学院大学健康科学科水藤ゼミによる体力測定会が行われ、子どもからご年配の方まで多くの参加をいただきました。

第二競技場では「みんなの運動広場」と題し、ストラックアウトや輪投げ、卓球など気軽にできるブースが設置され、メインステージにも負けないくらいの盛り上がりを見せていました。

その他、トレーニングジム無料開放やストレッチ・ヨガなどの無料レッスン体験など館内全体がお祭りムードとなりました。



クライミング体験会



野球評論家（元中日ドラゴンズ）  
山本昌さん



## 山本昌さんによるトークショー

ここにこウォーキングの時から参加いただいている山本昌さんによるトークショーが行われました。野球をはじめたきっかけや現役時代の裏話など非常に内容の濃いトークでした。現役を長年続けることができたのは、「球団や地元、中京のファンに恵まれ、球団スタッフやファンとの距離が非常に近い関係性をもてたから。他の球団だったらここまで長く現役は続けられなかった。」と話していました。ドラゴン愛が伝わってくるトーク内容でした。

トーク終了後は、質疑応答や協賛企業による大抽選会にも参加くださり、来館者を楽しませてくれて、会場は温かい空気に包まれました。山本昌さん、本当にありがとうございました。

## にっしんスポーツフェスタ

### ■主催

日進市、日進市教育委員会

### ■主管

日進市スポーツ推進委員会

### ■協力

愛知警察署、尾三消防本部、日進市体育協会、日進市レクリエーション協会、医療法人大医会日進おりど病院、(株)コナミスポーツクラブ、(株)西三河エアアワン、にっしんスポーツクラブ、日進アシスト(株)、ハマダスポーツ企画(株)、アクティオ(株)

### ■協賛

マスプロ電工(株)、(株)コナミスポーツクラブ、(株)西三河エアアワン、日進市商工会、(株)デンソー、愛知中央ライオンズクラブ、トヨタ自動車(株)日進研修センター、日進アシスト(株)、ハマダスポーツ企画(株)、(株)P&P、あいち尾東農業協同組合日進基幹支店、(株)マキタ、中部ケーブルネットワーク(株)、名菱電子(株)、日進金融協会、アクティオ(株)、にっしんスポーツクラブ、(株)ジェイエルシー、(株)スギ薬局

### ■後援

(公財)愛知県体育協会、愛知県レクリエーション協会、中日新聞社



ドッジビー



ヤクルト試飲会



日進市スポーツセンターダンス教室チーム



吹き矢体験



和太鼓 氣楽



紫陽花



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	フローヨガ 9:45～10:45	いきいき健康教室 9:45～11:00		ボディコンバット 9:45～10:45		ハタヨガ 9:45～10:45
ダイエット骨盤メソッド 10:00～11:00	簡単ボクシングエクササイズ 11:10～12:10	楽しいリトミック ①10:00～10:50 ②11:00～12:50				
筋膜リリースピラティス 11:10～12:10	心と身体をほぐすフラダンス 11:15～12:15	気功・健康太極拳 11:15～12:30			コアフィジカルトレーニング 11:10～12:10	フローヨガ 11:15～12:15
	心と身体をほぐすフラダンス(入門) 12:30～13:30	OyZ運動スクール【脳活性化】 11:30～12:30			ボディコンバット 11:15～12:15	
ハタヨガ 13:30～14:30			リフレッシュヨガ 13:30～14:30	OyZ運動スクール【足腰強化】 13:30～14:30		
ハタヨガ 14:45～15:45	アスレティクスアカデミー ①15:10～16:00 ②16:05～16:55	キッズダンスクラス 15:10～16:00		ジュニアダンスクラス ①16:40～17:40 ②17:50～18:50		
	ハタヨガ 15:15～16:15					
	ボディコンバット 19:45～20:45	心と身体をほぐすフラダンス 19:30～20:30	美しさをつくるベリーダンス 19:45～20:45			
		フローヨガ 19:30～20:30				

<b>目的別エクササイズ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ボディコンバット</li> <li>ダイエット骨盤メソッド</li> <li>コア&amp;フィジカルトレーニング</li> <li>簡単「ボクシング」エクササイズ</li> </ul>	<b>趣味と健康</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>気功・健康太極拳教室</li> <li>心と身体をほぐすフラダンス</li> <li>美しさをつくるベリーダンス</li> <li>いきいき健康教室</li> </ul>	<b>ゆったりとした動きで</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ハタヨガ</li> <li>リフレッシュヨガ</li> <li>フローヨガ</li> <li>筋膜リリースピラティス</li> </ul>	<b>運動不足解消</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>OyZ運動スクール脳活性化コース</li> <li>OyZ運動スクール足腰強化コース</li> </ul>
---	---	--	--

**子ども向け教室**

・楽しいリトミック ・キッズダンスクラス ・アスレティクスアカデミー ～走・跳・投を鍛える!～

# ラ・フィーユ



**お弁当予約承ります!**  
**大量注文大歓迎**

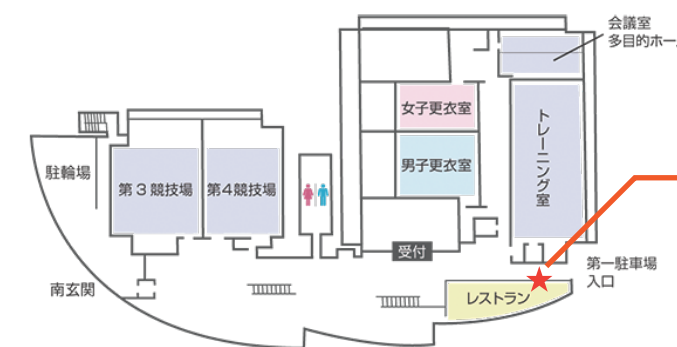
入口にいるおじさんが目印!



▲日替わりランチメニューのガバオライスがスパイシーでおいしい!

日進市スポーツセンター内受付の正面にあるレストラン、「ラ・フィーユ」  
ボリュームのあるランチやモーニング、ドリンクメニューも豊富です  
教室後の一息にぜひご利用ください!

### 施設情報



広々とした店内  
**52席**

**営業時間** 9:00～17:00 (モーニング 9:00～11:00 / ランチ 11:00～14:00)

**☎0561-74-3100**

**定休日** 月曜 (月曜が祝日の場合翌日)・年末年始

## 春休みは口論義運動公園でアウトドアスポーツを楽しもう!

プール・屋外スポーツ施設ならココ!

あいちけんこうぎょうんどうこうえん

### 愛知県口論義運動公園

〒470-0103 愛知県日進市北新町西口論義323-8  
☎0561-73-8959 [公式サイト] <http://www.kourogij.jp/>

**営業時間** 《夏期》7:30～21:00 《冬期》8:30～21:00

※プールの営業時間は休館日以外、全日10時からになります。

**休館日** 水曜日・年末年始 (水曜日が祝日の場合は開館、翌平日が休館)

