



会社の昼休みやお店・病院に NICE を出前します！

鳴門市生涯スポーツ推進事業の助成を活用して、1人100円で会議室やお店に約30分のNICEの人気プログラムを出前します。社員様の運動習慣の定着やお店の集客アップイベントなどにご活用ください。また退院を控えた入院患者さまや福祉施設に入居中の方への楽しい健康づくりプログラムとしてご利用いただけます。(1人100円での実施は20コマ限定)。詳細は、パンフレットをご用意

していますので、木曜10時～18時半の間にキョーエイ鳴門駅前店4階までご相談にお越しいただくが、NICEまでお電話にてお問い合わせください。

「手作り貝殻標本教室」予約受付中

夏休みの宿題や贈り物にぴったりの手作り貝殻標本。子供から高齢の方まで人気のプログラム。大毛島の浜辺で貝殻をひろったら、図鑑で貝の名前を調べて標本にします。☎080-3928-8678※ショートメールでご予約

OK。開催日時:7/25,8/8,8/22(水) 10:45～12:45 大毛島アイランドにて

火曜の夜は鳴門市民会館でゆるスポーツしてしてじゃ～

ほぼ毎週火曜、19時半～21時半に、ソフトバレーボール(痛くないボールを使ったバレーボール)、卓球(ラージ、スモール)、バドミントンで汗を流していただけます。指導者はいません。準備・撤収・掃除は、みんなで。夕ご飯のあと、家族や仕事仲間みんなで楽しんでいただける時間帯。気になる方は、ぜひ火曜の夜、市民会館をのぞいてくださいね。ひよっこりさんの無料体験OKです。



**小学2年生までの運動能力の基礎を育てる
3種目。無料体験は予約不要。直接会場へ！
スポーツでのびのび運動発達教室**

水曜 15:40～16:40 堀江南小学校

運動が嫌い、あわてんぼう、お友達との交流がちょっと苦手・・・そんなキッズもコーディネーショントレーニングをすることで、運動神経の発達を促し、のびのび発達を応援。「できた！」という小さな達成感の積み重ねで心と体を育てます。

チアリーディング教室 木曜15:45～16:45キョーエイ鳴門駅前店4階
ボンボンを持って飛んだり跳ねたり踊ったり。運動量が少ない女の子に、組み体操やカラダ全体で表現する楽しさとともに基礎体力を養い、鳴門発のかわいいチアリーディングチームを目指します。

ミニサッカー教室 月曜 16:30～18:00

鳴門勤労者体育センター 火曜 16:00～17:15 鳴門西小学校体育館

運動神経発達の黄金期を控えた幼児期の運動発達を促す、かけっこ、コーディネーション、コミュ



ニケーションにも重きを置いた内容。今までのこのクラスの卒業生は、3年生以降、サッカー、野球、陸上などのスポーツ少年団などに多く入団しています。特に、今年度から、体幹トレーニングの専門家もコーチに招いて、この時期にしっかり発育させておきたいバランス能力も育てます。



スポ保未加入の方のNICE活動中のケガも補償！ 活動中のケガや熱中症・突然死を補償する傷害保険に加入(入院1日4千円・通院1日1500円・死亡300万)どなたでも安心して参加いただけます。

会員種類	年齢	入会金	成人は、入会しなくても、好きなクラスに自由に参加できます。入会すれば、参加すればするほどオトクな会員システムになっています。	家族割引	友人割引・参加特典
年会員	大人 18歳以上	2000円	(7月入会の場合) 4,500円 成人はクラブ負担の傷害保険に加入	二人目以降、入会金不要/大人1000円・高校以下1000円割引	2人以上で入会すれば入会金半額
	幼・小・中・高	0円	小中3,000円 高校4,000円※スポ保(別)2019年3月まで有効		×
回数券	どなたでも	2000円	2千円・6千円の回数券を購入してプログラムに参加できます。 注)回数券有効期限は購入日から1年。1冊を複数人で使用できません。	2人目以降は、入会金不要 ただし回数券は共有不可	2名以上入会金半額 2冊以上購入割引あり
年間 ゴールド会員	大人 18歳以上	0円	会費3万円だけで2019年3月末まで500円クラスにフリーパスで参加OK。ピラティスは1回200円要●スポーツ安全保険別途(大人1850円/65歳以上1200円)	二人目以降 2万円 ※法人はご相談ください	×
ニュースポーツ会員	小学生以上	0円	月謝制1000円年会員は1か月500円、回数券会員は1か月オレンジ券1枚	-	-

●有料コンディショニング系定期プログラム詳細 ※会場や講師の都合により休講する週もあります。裏面カレンダーを必ずチェックしてください。

コア・コンディショニング	木曜キョーエイ鳴門駅前店4階13時～・・・どなたでもいつでもNICE年会員1P進呈。腰や肩に不安がある方、お買い物ついでに、ぜひ一度お試しください。
ストレッチポールを使い動きやすいカラダをつくります。	金曜アミノバリューホール3階19時30分～20時30分。参加費については、裏面カレンダーをご覧ください。*7月20日は休講です。
やさしくてもちいピラティス	キョーエイ駅前店4階11時15分(木)～年会員700円、一般800円、ゴールド200円 呼吸法を覚えて毎日自宅で実践すればさらに効果が高いプログラムです。
すっきりヨガ	水曜 19時45分～20時45分 アミノバリューホール3階 予約不要 ヨガマット・ブロック貸出あり どなたでも500円。*7月25日は休講です。
ハイアンフラエクササイズ	NICE年会員500円(年会員1P進呈)、回数券オレンジ券1枚またはブルー券3枚。初回体験は、どなたでも500円。
ZUMBA®(ズンバ)	なるちゃんサークル:500円(幼児無料)/キョーエイ木曜クラス:成人初回体験無料・学生2回目まで無料。小学200円、中学300円、高校400円
癒しの体幹エクササイズ	参加費:500円。ストレッチポールを必ずご持参ください。お持ちでない場合は前日までに080-3928-8679まで「〇月〇日里浦〇名」と。ショートメール予約してください。

●子ども体力向上事業 新規受講生募集中！初回体験無料！※2回目以降の受講には、年会費(3000円+スポーツ安全保険800円)+種目別会費が必要です。

外遊びの機会が少なくなった幼児～小学2年生の子どもたちに基礎体力と運動発達を促すプログラムを用意しました。初回体験は無料(予約不要)です。お気軽に会場までお越しください。

教室名	曜日・場所・時間	対象	種目別会費	兄弟姉妹割引
体幹しっかり！ミニサッカー教室 体幹を鍛えるプログラムを新しく導入し、小学3年生以降の運動発達が伸びる時期の多彩なスポーツ活動の基礎運動能力を養います。	月曜 勤労者体育センター 16時半～18時	幼児～小学校低学年の男女(女の子も歓迎)	年一括払い9000円 (2019年3月分全納の場合) ※9月までの分+残り半年分の分納もご相談に応じます。	2人目年会費合計額から2000円割引
	火曜 鳴門西小学校体育館 16時～17時15分 ※連休明けは勤労者体育センターで上記16時半～のクラスと合同開催します。			
スポーツでのびのび運動発達応援教室	水曜堀江南小学校15:40～16:40	4歳～小学2年生	月ごと2000円 ※初回体験無料	年会費1000円割引
チアリーディング教室	木曜 キョーエイ鳴門駅前店4階15:45～16:45	おおむね4～7歳(小2)	月ごと2000円 ※初回体験無料	年会費1000円割引