



令和8年度 サンスポート佐久



参加費  
無料



# サン佐久スポーツクラブ

▽サン佐久HP▽

参加希望の方は申込用紙にご記入し、サンスポート佐久までご提出ください。



## サン佐久スポーツクラブ年間予定表

色々なスポーツ・運動に挑戦してみませんか！  
できた・楽しいを一緒に見つけましょう！！  
皆様のご都合の良い日にち・時間・場所に気軽に遊びにお越しください☆

In  
上小

In  
佐久

会場：上田市真田体育館  
および柔道場  
(上田市真田町長7193-1)  
協力：NPO法人さなだスポーツクラブ

会場：臼田体育センター  
および武道館  
(佐久市下越284)  
協力：NPO法人岸野スポーツクラブ  
長野県FIDバスケットボール連盟

日時：偶数月  
10:00～12:00

日時：奇数月  
13:30～15:30

4 / 18 (土)      10 / 17 (土)

5 / 24 (日)      11 / 22 (日)

6 / 20 (土)      12 / 19 (土)

7 / 5 (日)      1 / 23 (土)

8 / 22 (土)      2 / 20 (土)

9 / 12 (土)      3 / 6 (土)

※バスケットボール体験会 (予定)

**対象** 障がいのある方・支援学級に通っている方、  
そのご家族・友人・介助者など



詳しくは裏面を  
ご覧ください！



# サン佐久スポーツクラブ詳細



## 【参加方法】

- ◎申込方法：初回参加日の前日までに**申込用紙**の記入・提出をお願いします。  
必ず別紙、**誓約書**の内容を確認の上、申込用紙の同意欄にチェックをお願いします。  
(申込はサンスポ佐久へ郵送・FAX・Eメール・電話・ネットからの申込にて受け付けております。)  
※**ネットからの申込み**は右下のQRコードよりお申込みください。 ▽**ネット申込はこちら**▽

◎持ち物：動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物

◎定員：上田会場：各回30名程度 / 佐久会場：各回40名程度  
(家族・介助者等含/新規の方優先)

◎お願い：複数回の参加や両会場の参加も可能ですが、  
**〇を付けた日程に参加できない場合は、必ず事前にご連絡ください。**

※短時間(開始に間に合わない、途中で帰る等)の参加や1回のみ参加も大歓迎です。



## 【内容】

◎やってみたいスポーツ・種目にチャレンジ!

バドミントン、卓球、バスケットボール、サッカー、バレーボール、フライングディスク、ボッチャ、風船バレー、ゴロ卓球、レクリエーション、運動あそび、ダンス などなど



## 【活動の流れ】

①全体挨拶  
体操



②個人活動

家族/友達と好きな・未経験の  
運動・スポーツにチャレンジ!

③体験会(自由参加)

ボッチャ/モルックなど、  
その日のテーマの種目に  
チャレンジ!!

## 【三二情報】

◎各日程で適宜**体験会**を実施予定。(自由参加)

※スクエアボッチャ/モルック/バスケットボール体験会、卓球レッスントイム  
他、ニュースポーツなど予定しています。



## 注目! 仲間☆大募集!

「障がいのある方のスポーツ活動を支援していただけの方、  
一緒に活動してくれる方、お待ちしております!」

下記の問合せ先にご連絡ください。

一緒にスポーツを楽しむ相手・仲間として活動に参加してみませんか。スポーツの楽しさを伝えてくれる方、障がいのある方との関わり方や理解を深めたい方、ぜひご連絡ください。

- ◎ 注意事項 ※当センターでは参加者に対するスポーツ傷害保険には加入しておりません。  
必要な方は、各自任意で加入してください。  
※不明な点は、「サンスポ佐久」まで、お気軽にお問合せ・ご相談ください。
- ◎ その他 ※「サンアップル・サンスポ佐久公式ラインの登録をお勧めします。」スポクラ日程や他教室のご案内など、情報をスムーズに取得いただけます。詳しくはサンスポ佐久HPをご覧ください。

### ◆個人情報・肖像権について

申込用紙の提出をもって、下記について承諾したものとします。  
○主催者が撮影した写真が、年報・ホームページ・広報紙・事業案内等で公開・使用されることがあります。  
○認められた報道機関が撮影した写真・映像が、各報道機関で掲載、放送されることがあります。  
○個人情報は、本事業に関する目的のみに使用させていただきます。

### 【お問合せ先】

〒384-0414 佐久市下越16-5「あいとびあ白田」内  
障がい者スポーツ支援センター佐久 「サンスポ佐久」  
TEL/FAX: 0267-82-6781  
当日の連絡先: 080-1105-5517  
E-mail: sunsaku@mx1.avis.ne.jp (担当: 石村、吉澤)