

2026年度 会員登録受付開始!!

会員区分	高校・一般	シニア(65歳以上)
年会費 (保険料含む)	4,500円	3,500円
入会 申込方法	会費を添えてヴィガ事務局(さくらアリーナ内)へ申込用紙を提出してください。 ※入会申込書はさくらアリーナ窓口またはホームページからダウンロードできます。 ◎受付場所 ヴィガ事務局(さくらアリーナ内) ◎受付時間 月～金曜(祝日除く) 9時～17時	
会員申込の 注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・2025年度会員登録されている方も新たに会員登録の必要があります。 (会員期間 2026年4月1日～2027年3月31日) ・年会費には傷害保険料が含まれています。(高校・一般 2,000円、シニア 1,200円) ・別途教室の参加費がそれぞれかかります。 ・当クラブは会員の年会費・各教室参加費・イベントなどの参加費等によって運営されています。 ・小学生以下の会員登録は不要です。※中学生については事務局へお問い合わせください。 	

【教室の申込方法】 教室(まとめ払いコース)と600円教室・シニア向け400円教室の申込方法が異なりますのでご注意ください。

教室(まとめ払いコース)



※必ず初日の前日までに申し込みをお願いします。
各教室の初日の前日(※当日の受付は不可)までに、会費または参加費を添えてヴィガ事務局(さくらアリーナ内)へ申込用紙を提出してください。
教室の開始日以後のキャンセルは返金できませんのでご注意ください。

600円教室・シニア向け400円教室



※登録制ではありませんので必ず申し込みをお願いします。
開催日ごとにヴィガ事務局へ営業時間内(月～金 9時～17時(祝日を除く))に事前にお申し込みください。
電話またはメールでの申し込みもできます。定員となり次第締め切ります。
参加費は当日、会場にてお支払いください。キャンセルについては必ず連絡をお願いします。

【注意事項】 ※ヨガマットの貸出はありません。各自でご準備ください。

- ①受付は先着順です。定員となり次第締め切ります。
- ②継続の方が優先となりますので申込できない場合があります。お問い合わせください。
- ③申込人数が5人未満の場合には、教室を実施できない場合があります。
- ④日程、会場等が変更になる場合もあります。
- ⑤小学生は会員価格で受講できます。ただし、受講できない教室もありますのでお問い合わせください。

申し込み・問い合わせは事務局までお願いします。

教室日程の変更または中止となる場合があります。変更等があった場合は、ホームページ等でお知らせいたします。



一般社団法人
五泉市スポーツ協会
Gosen Sport Association

総合型クラブ ヴィガ 事務局

営業時間 月～金 9時～17時(祝日を除く)
※営業時間外の問い合わせについては翌営業日以降の回答となります。ご了承ください。

〒959-1701
五泉市石曾根 8074 番地 1 さくらアリーナ内(村松体育館)
電話 0250-58-6373
メール viga@gosen-sports.com



インスタグラム



フェイスブック



ホームページ

シニア向けプログラム おおむね65歳以上を対象としたプログラムです。

教室名	曜日	時間・会場 参加費	開催日				定員	指導	内容等		
			4/6	4/13	4/20	4/27					
もっと からだスッキリ 運動教室 ヨガマット使用	月	10:00~11:00 総合会館 各技場	4/6	4/13	4/20	4/27	20人	木村 イ エ 子	運動機能の低下を 予防するトレーニ ング教室です。特に 歩くことが疲れる、 膝や腰に違和感があ るとい人はぜひ、 参加してみましょう。		
		非会員 6,000円 会 員 4,500円	5/11	5/18	5/25	6/1					
		6/8	6/15	6/22	6/29						
		7/6	7/13	7/27	—						
もっと リフレッシュ ヨガマット使用	月	13:30~15:00 さくらアリーナ 多目的ケアルーム	4/6	4/13	4/20	4/27	25人	吉田 純 子	ストレッチ、ウォー キング、簡単な筋カ トレーニング等を行 います。楽しく体を 動かし、心身ともに リフレッシュします。		
		非会員 5,600円 会 員 4,200円	5/11	5/18	5/25	6/1					
		6/8	6/15	6/22	6/29						
		7/6	7/13	—	—						
もっと ころばん塾 ヨガマット使用	水	10:00~11:30 総合会館 中ホール	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	5/27	45人	相澤 恵 津 子	ストレッチ、ウォー キング、簡単な筋カ トレーニング等で体 を動かします。いつ までも健康に過すこ とを目的に体力づく りを行います。
		非会員 4,800円 会 員 3,600円	6/10	6/17	6/24	7/1	7/8	7/15			

※申込方法の詳細は表紙の【教室の申込方法】をご覧ください。

1/5開催 **新春スポーツ day**

1/18開催 **第11回 五泉近郷低学年テーパー大会**

ヴィガカツ



イベントの様子は五泉市スポーツ協会のInstagramへアップしています。ご覧ください。

2026年度 サポーター会員を募集しています！！

個人・企業問いません。誰もが気軽に楽しめる環境づくりにご協力をお願いします。企業名(団体名)は2026年度発行の広報誌に掲載させていただきます。詳しくはヴィガ事務局までお問い合わせください。

総合型クラブ **ヴィガ** 団体サポーター会員様

※2025年11月末現在 順不同

情熱で、伝わるカタチをつくる。
お客様の想いを「動かす力」に変える。

Active Passion
Achieve Progress with Active Passion.

阿部印刷株式会社
〒959-1704 新潟県五泉市村松甲2096番地 TEL 0250-58-5115
E-mail office@ap-create.com URL http://www.ap-create.com

Denka

デンカ株式会社 五泉事業所

新潟工場 新潟県五泉市南本町1-2-2
鏡田工場 新潟県五泉市木越字鏡田1359-1

石曽根医院

診療科目 内科

石曽根 7990 TEL 58-6335

酒肴 **城の里**

各種宴会承ります

城下2丁目773-1 TEL/FAX 0250-47-8821

空調から給水まで 地域の暮らしを支えます

越配

株式会社 **越配**

水回りの119番 急なトラブル対応いたします！
0120-43-4177

いしぞね薬局

石曽根 7991-1 ☎58-8233

OGU SPORTS **アウトドア** **LBS**

オグロスポーツ 本町2 TEL43-0223

(有)若月保険事務所

本町 2-1-9 TEL 43-5521

トリプル・ピーシー

本社 本田屋 1059-2 TEL 41-3210

農事組合法人 **グリーンサポート**

羽田設備

本田屋508 TEL 58-5577

五泉市
スポーツ推進委員協議会

e-スポーツクラブ

五泉空手道会
会員募集中！！

村松スキークラブ

教室日程表 1期(4・5・6月分)

お願い

教室(まとめ払いコース)の申し込みは電話で受付できません。※600円教室・シニア向け400円教室を除く。必ず、教室開始前日までに参加費を添えて申し込みをお願いします。

●教室体験 会員：300円 非会員：500円

●エンジョイ系プログラム教室体験 各期2回まで体験可
前日までにヴィガ事務局にお申し込みください。

1教室1回限り(1回のみ教室は除く)満員の場合は申込できません



エクササイズ系プログラム 【まとめ払いコース】

教室名	曜日	時間 会場	開催日					定員	指導	参加費 会員/非会員	内容等
			4/13	4/20	4/27	5/11	5/18				
ヨガ&ピラティス ヨガマット使用	月	10:00~ 11:00	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	30人	金子光子	【会員】 3,500円	ピラティスで体幹を鍛え、 ヨガのリラゼーションで 健康な身体作りを目指し ていきましょう。
		さくらアリーナ 多目的ケアルーム	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22			【非会員】 6,000円	
ステップエアロ	火	13:30~ 14:30	4/7	4/14	4/21	5/12	5/19	20人	宮崎寛美	【会員】 3,500円	リズムに合わせて踏み台(ステッ プ)の昇降運動を行います。太も もの大きな筋肉を使うので短い 時間で運動量が多くなります。少 しずつレベルアップしていきます ので気軽に参加してください。
		さくらアリーナ 多目的ケアルーム	5/26	6/2	6/9	6/16	6/23			【非会員】 6,000円	
コアトレ+(プラス) ヨガマット使用	水	19:15~ 20:00	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	15人	宮崎寛美	【会員】 3,150円	コアトレーニングをベースにピラ ティス・ストレッチ・ヨガで体幹力 UP。 心を落ち着かせ「身体の質」「心 の質」「生活の質」の向上を目指 します。
		ラポルテ五泉 多目的1	5/27	6/3	6/10	6/17	—			【非会員】 5,400円	
50歳からの 筋トレ&ストレッチ ヨガマット使用	金	19:30~ 20:30	4/10	4/17	4/24	5/1	5/15	15人	樋口孝男	【会員】 3,500円	どこでもできる自重を使 っての筋トレを中心に行 います。筋トレ初心者向 けの教室です。
		さくらアリーナ 多目的ケアルーム	5/22	6/5	6/12	6/19	6/26			【非会員】 6,000円	

エンジョイ系プログラム 【まとめ払いコース】

教室名	曜日	時間 会場	開催日					定員	スタッフ	参加費 会員/非会員	内容等
			4/8	4/15	4/22	5/13	5/20				
エンジョイ スポレック& バドミントン(五泉)	水	10:00~ 11:30	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	30人	浅井恵子 金子仁美	【会員】 1,600円	気軽に楽しくバドミントンをし ましょう。スポレックは、スポンジ ボールで行う室内テニスで安全 性も高く、スピードもあまり 出ないので、どなたでも気軽に 楽しめます。※ラケットの貸出は できません。スポレックラケットにつ いてはご相談ください。
		総合会館 大ホール	5/27	6/17	6/24	—	—			【非会員】 4,000円	
NEW エンジョイ卓球 火曜	火	9:30~ 11:30 さくらアリーナ アリーナ	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	25人	浅井恵子	【会員】 2,000円 【非会員】 5,000円	初心者から経験者ま で、みんなで楽しく卓 球をしましょう。1人 でも大丈夫ですので気 軽にご参加ください。
エンジョイ卓球 (村松) ※継続優先のため お問い合わせください	木	9:30~ 11:30	4/9	4/16	4/23	4/30	5/7	25人	堰勝弥	【会員】 2,000円 【非会員】 5,000円	※ラケットの貸出は できません。
		さくらアリーナ アリーナ	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18				
エンジョイ卓球 (五泉) ※継続優先のため お問い合わせください	金	9:30~ 11:30	4/3	4/17	4/24	5/1	5/8	30人	木村イエ子	【会員】 2,000円 【非会員】 5,000円	※卓球教室は3教室 中、1人2教室まで申 込できます。3教室の 申込はできません。
		総合会館 大ホール	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19				

コーチング系プログラム 【まとめ払いコース】

教室名	曜日	時間 会場	開催日					定員	指導	参加費 会員/非会員	内容等
			4/2	4/9	4/16	4/23	5/7				
~レッスンプロが教える~ 初級テニス教室	木	13:30~ 15:00	4/2	4/9	4/16	4/23	5/7	16人	渡辺央	【会員】 4,950円 【非会員】 8,550円	レッスンプロが基礎 から教える初級者向 けのテニス教室で す。
		さくらアリーナ アリーナ	5/14	5/21	5/28	6/25	—				

600円教室

1回のみ教室です♪気軽に参加してみませんか!?

1回600円

★の教室は、会員は全日程申込で会員価格での申込ができます。詳しくは事務局へお問い合わせください。

教室名	曜日	時間 会場	開催日					定員	指導	内容等
★ リフレッシュヨガ <small>ヨガマット使用</small>	火	19:30~20:30	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	20人	相澤恵津子	呼吸と共に身体を動かすことで心身をリフレッシュさせ、柔軟性の向上や姿勢の改善にも役立ちます。取り組みやすいポーズでどなたでも参加できます。一緒に日頃の疲れを癒しましょう。 会員申込(全10回)3,500円
		さくらアリーナ 多目的ケアルーム	5/19	5/26	6/9	6/16	6/23			
★ 内臓脂肪撃退 トレーニング 五泉 <small>ヨガマット使用</small>	火	19:30~20:30	4/14	4/21	4/28	5/12	5/19	25人	吉田純子	筋トレや有酸素運動で内臓脂肪を燃やします。運動不足解消にいかがですか? 男女どちらの参加もお待ちしています。 会員申込(全10回)3,500円
		総合会館 中ホール	5/26	6/9	6/16	6/23	6/30			
★ 内臓脂肪撃退 トレーニング 村松 <small>ヨガマット使用</small>	水	19:30~20:30	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	20人	相澤恵津子	
		さくらアリーナ 多目的ケアルーム	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24			
ヨガフィットネス <small>ヨガマット使用</small>	水	10:00~11:00	4/8	4/15	4/22	5/13	5/20	20人	宮崎寛美	自分の身体に向き合いヨガやピラティスで身体を整え、体を引き締めましょう。
		さくらアリーナ 多目的ケアルーム	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24			
★ やさしいヨガ <small>ヨガマット使用</small>	木	10:00~11:00	4/9	4/16	4/30	5/7	5/21	25人	嶋田亜依	1日の良いスタートダッシュに呼吸を整えて体と心を健康に導きます。 会員申込(全10回)3,500円
		さくらアリーナ 多目的ケアルーム	5/28	6/4	6/11	6/18	6/25			
教室名変更 お気軽 エクササイズ ①ヨガ&ストレッチポール ②脂肪燃焼エクササイズ <small>ヨガマット使用</small>	木	19:30~20:15	①	②	①	②	①	20人	②① 吉田純子 相澤恵津子	①ヨガ&ストレッチポール ヨガ&ストレッチポールで身体を整えていきます。 ②脂肪燃焼エクササイズ 筋トレと有酸素運動の組み合わせで脂肪燃焼をしましょう。
		さくらアリーナ 多目的ケアルーム	5/21	5/28	6/11	6/25	—			
★ 筋トレ& ゆるステップ <small>ヨガマット使用</small>	金	10:00~11:00	4/17	4/24	5/1	5/8	5/15	20人	相澤恵津子	筋トレと踏み台(ステップ台)昇降運動で運動不足解消しましょう。 会員申込(全10回)3,500円
		総合会館 各技場	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19			

シニア向け400円教室

おおむね65歳以上を対象とした教室です。

1回ごとに申し込みの教室です♪気軽に参加してみませんか!?

1回400円



教室名	曜日	時間 会場	開催日					定員	指導	内容等
シニアスマイル 運動教室	月	10:00~11:00	4/13	4/20	4/27	5/11	5/18	20人	スポーツクラフ	音楽に合わせて楽しくからだを動かしましょう。笑いがいっぱい教室です。
		五泉包括 支援センター	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22			
シニアのための かんたん トレーニング(五泉)	火	13:30~14:30	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12	25人	吉田純子	ストレッチ・筋トレ・貯筋運動などで運動不足を解消しましょう。運動したことのない方も気軽にご参加ください!!
		総合会館 第3・4会議室	5/19	5/26	6/9	6/16	6/23			
シニアのための かんたん トレーニング(村松)	金	13:30~14:30	4/3	4/10	4/17	4/24	5/1	20人	ヴィガスタフ	※全日程まとめて支払いができます。詳しくは事務局へお問い合わせください。
		さくらアリーナ 多目的ケアルーム	5/8	5/15	5/22	5/29	6/26			