

「トリスポーツ」では、当協会が主催するイベントやスポーツ教室の情報をお伝えしています。



私たち NESPA は、「Sport in Life」プロジェクトの参画団体です。「Sport in Life」は一人でも多くの方がスポーツに親しむ社会を目指す取組であり、個別の商品・サービスを推奨するものではありません。

【マラソンフェスティバル ナゴヤ・愛知2025】

大会概要 ☆開催日時：2025年3月7日(金)～9日(日)

- 名古屋ウィメンズマラソン2025 女子マラソン……………2025年3月9日(日) 9:10 スタート
- 名古屋シティマラソン2025 ハーフマラソン・10km……………2025年3月9日(日) 10:20 スタート
- 名古屋ウィメンズホールチェアマラソン2025 女子10km……………2025年3月9日(日) 9:00 スタート
- 関連イベント マラソンEXPO……………2025年3月7日(金)～9日(日) バンテリンドーム ナゴヤ



ボランティア募集

つながりよう!笑顔のエール



**ボランティア
8,000人
募集中!**

- リーダー 400人 — 2024年9月2日(月)～9月30日(月)まで
 - 個人 2,600人 } 2024年9月2日(月)～11月29日(金)まで
 - 団体 5,000人
- 先着定員制 (定員に達した場合、締め切ります)

毎年人気の『パワフルお助け隊』・『ファミリー&ジュニア(中学生)ボランティア』・『言語サポートボランティア』も大募集!



お申し込みは大会公式ホームページから

マラソンフェスティバルナゴヤ・愛知 検索



申し込み問合せ先 ▶ マラソンフェスティバルナゴヤ・愛知 ボランティアセンター
〒467-0804 名古屋市瑞穂区洲雲町4丁目58-2 桜山BACE内 TEL 052-875-5850 e-mail marathon@vol-gsc.com



名古屋市教育スポーツ協会

NESPA主催講座案内



「スポーツ教室・講座を探す」
<https://www.nespa.or.jp/lesson/>

申込方法

- インターネット（名古屋市電子申請サービス）
- 往復はがき（講座名、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、返信表面に受講希望者住所氏名を記入の上郵送）
- 開催日当日受付
- 窓口
- 電話

講座マーク

- ◆ 1回ごとに気軽に参加できる事業（先着順）
- ★ 1回ごとに気軽に参加できる温水プールの事業（※受講料無料はプール入場料が必要、先着順）
- ♪ 事前申込が必要な事業（定員を超えた場合は抽選）

●安全にご参加いただけるよう、運動のできる服装や専用シューズなどご用意ください。 ●対象が中学生以上は休校日等原則授業のない時間帯に限ります。
 ●各事業教室は傷害補償制度を設けております。（無料の水泳ワンポイント系事業を除く。） ●詳細については各施設へお問い合わせください。
 ※新型コロナウイルス感染症の影響により、記載の講座は中止となる場合があります。各施設へお問い合わせください。
 ※令和6年10月1日から郵便料金が変わります。料金をご確認のうえ、お申込みください。

日本ガイシアリーナ		南区東又兵衛町5丁目1番地の5		TEL(052)614-6211 FAX(052)614-6215				
講座マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
★	競泳プールのレベルアップスイミング	-	100m以上泳力のある小学生以上※	8・14・22日	土日	13時～17時	大人 700円 小人 300円 高齢者200円	③自由参加
	競泳ワンポイントアドバイス	-	100m以上泳力のある小学生以上※	8・14・22日	土日	14時半～16時	無料	③競泳プールのレベルアップスイミング受講者
	水泳ワンポイントアドバイス	-	小学生以上	6・20日	金	14時半～16時	無料	③自由参加
◆	ウォーキングで健康になろう!	20名	一般	10月4日	金	10時～11時半	600円	④⑤9月1日(日)9時から
♪	トップスイマーと泳ごう!	30名	小学生以上	10月5日	土	13時～15時	大人1,000円 小人 700円	①②9月22日(日)必着
	日本ガイシアリーナ見学ツアー	15名	一般	10月13日	日	10時～11時半	無料	①②9月30日(月)必着

※小学生と許可証を持たない中学生1人につき、100m以上泳げる保護者1人同伴。要、水着着用・入場料。

露橋スポーツセンター		中川区露橋二丁目14番1号		TEL(052)362-4411 FAX(052)362-4431				
講座マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
	朝活!さわやかヨガ	30名	一般	13・27日	金	9時半～10時半	300円	③9時から
	ビギナーヨガレスタタイム	30名	一般	13・27日	金	10時45分～11時45分	300円	③10時15分から
◆	週末リセットヨガストレッチ	30名	一般	13・27日	金	19時～20時	300円	③18時半から
	ピラティスレスタタイム	50名	一般	3・10・17・24日	火	18時半～19時半	300円	③18時から
	すっきり爽快エアロ	50名	一般	3・10・17・24日	火	19時45分～20時45分	300円	③19時15分から
	折り紙広場	20名	一般	13日	金	10時半～11時半	200円	③10時から
	朝のいきいき体操	-		13・27日	金	10時～10時半	無料	③自由参加
★	水泳ワンポイントアドバイス(水中ウォーキング含む)	-	プール利用者	5・19日 12・26日	木	10時半～12時 14時半～16時	無料	③自由参加
♪	※知的障害者対象 バスケットボール教室	-	小学生以上の知的障害児・者、自閉症の方	27日	金	18時半～19時半	無料	③自由参加

※詳細は名古屋市障害者スポーツセンターへ

枇杷島スポーツセンター		西区枇杷島一丁目1番2号		TEL(052)532-4121 FAX(052)522-8520				
講座マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
	ヨガレスタタイム	30名	中学生以上※	13・27日	金	19時10分～20時	300円	③18時50分から
	エアロビクスレスタタイム	60名	中学生以上	10・17・24日	火	9時半～10時半	300円	③9時10分から
◆	バランスボールストレッチ&フレッシュビクス	40名	中学生以上	10・17・24日	火	10時50分～11時50分	300円	③10時半から
	ZUMBA®	40名	中学生以上※	5・12・19・26日	木	19時55分～20時55分	300円	③19時35分から
★	水泳ワンポイントアドバイス(水中ウォーキング含む)	-	プール利用者	4・11・18・25日	水	14時～15時	無料	③13時45分から 希望者多数の場合は抽選

※中学生は保護者同伴

稲永スポーツセンター(CSアセット港サッカー場)		港区野跡五丁目1番10号		TEL(052)384-0300 FAX(052)384-0303				
講座マーク	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
	イージーエアロレスタタイム2【託児付】	50名	一般	4・11・18・25日	水	9時半～10時半	300円【託児330円】	③9時15分から
	アクティブエアロレスタタイム2【託児付】	40名	一般	4・11・18・25日	水	10時45分～11時45分	300円【託児330円】	③10時半から
	かんたん♪からだシェイプダンス2	40名	一般(中学生以上)※	5・12・19・26日	木	19時～19時50分	300円	③18時45分から
◆	ボクシングスタイルアップエクササイズ2	40名	一般(中学生以上)※	5・12・19・26日	木	20時～20時50分	300円	③19時45分から
	ザ・スローリンパドレナージュ	30名	一般	9日	月	9時15分～10時15分	350円	③9時から
	スローエアロビック	30名	一般	9日	月	10時半～11時半	350円	③10時15分から
	稲永スポーツ広場	30名	小学生以上	28日	土	15時15分～17時45分	330円	③15時から
	障がい者ファミリースポーツ体験会	16名	小学生以上障害者とその家族	9月28日・11月30日・12月28日	土	13時45分～14時45分	無料	①②9月5日(木)締切

※中学生は保護者同伴

北スポーツセンター 北区成願寺一丁目6番12号 TEL(052)917-0501 FAX(052)917-0510

講座 マ	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
♪	ハンドマッサージ③ ～手のツボをおぼえましょう!～	15名	一般	10月25日	金	10時半～11時半	2,000円	4月5日9月27日(金)10時から 先着受付
	リラックスヨガ	20名	一般	2・9・30日	月	9時半～10時半	400円	3月9時10分から
	心と体を整えるストレッチ	20名	一般女性	2・9・30日	月	10時45分～11時45分	400円	3月10時25分から
	フラダンス(ブルメリア)	20名	一般女性	3・17・24日	火	12時40分～13時40分	400円	3月12時20分から
	フラダンス(ハイビスカス)	20名	一般女性	3・17・24日	火	13時50分～14時50分	400円	3月13時半から
	キッズヒップホップダンス	20名	小学生	3・10・17・24日	火	19時～20時	400円	3月18時40分から
	ファイティングエクササイズ (ライト)	20名	一般	4・11・18・25日	水	9時半～10時半	400円	3月9時10分から
	ファイティングエクササイズ (ミドル)	20名	一般	4・11・18・25日	水	10時45分～11時45分	400円	3月10時25分から
◆	ベリーダンス(12時40分の部)	20名	一般女性	5・12・19・26日	木	12時40分～13時40分	400円	3月12時20分から
	ベリーダンス(13時50分の部)	20名	一般女性	5・12・19・26日	木	13時50分～14時50分	400円	3月13時半から
	ZUMBA® (18時30分の部)	20名	一般	5・12・19・26日	木	18時半～19時半	400円	3月18時10分から
	ZUMBA® (19時45分の部)	20名	一般	5・12・19・26日	木	19時45分～20時45分	400円	3月19時25分から
	ダイエットダンス& ヨガ・ピラティス	40名	一般	2・9・30日	月	19時～20時	300円	3月18時40分から
	エアロダンスレックスタイム	50名	一般	3・10・17・24日	火	10時45分～11時45分	300円	3月10時25分から
	エアロピクスレックスタイム	50名	一般	5・12・19・26日	木	10時45分～11時45分	300円	3月10時25分から
	スポーツパーク (バドミントン・卓球・ポッチャ)	60名	小学生以上※	4・11日	水	18時半～20時半	340円	3月18時15分から

※ただし、小学生は保護者の同伴が必要です。

中村スポーツセンター 中村区中村町字待屋43番1号 TEL(052)413-8021 FAX(052)413-8023

講座 マ	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
	やさしいエアロレックスタイム	35名	一般	10・17・24日	火	18時20分～19時20分	300円	3月17時50分から
	エアロピクスレックスタイム (スタンダード)	35名	一般	11・18・25日	水	9時半～10時半	300円	3月9時から
◆	エアロピクスレックスタイム (ストレッチ)	40名	一般	11・18・25日	水	10時45分～11時45分	300円	3月10時15分から
	みんなでDanceMix レックスタイム	30名	一般	9日	月	18時半～19時半	300円	3月18時から
	美Bodyエクササイズ レックスタイム	30名	一般	9日	月	19時45分～20時45分	300円	3月19時15分から
	アクアフィットレックスタイム	20名	一般	12・19・26日	木	19時～20時	640円	3月18時半から
★	水泳ワンポイントアドバイス	10名	プール利用者	4・11・18・25日	水	13時～14時	無料	3月12時半から

中スポーツセンター 中区栄一丁目30番10号 TEL(052)232-2327 FAX(052)232-2364

講座 マ	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
♪	サタデースイミング	30名	小学生	10月5・12・19・26日 11月2・9・16・30日 12月7・14日 1月11・18・25日 2月1・8日	土	9時～10時	10,500円	1月9日18日(水)必着
	ZUMBA® レックスタイム	30名	一般	3・17日	火	18時半～19時半	300円/回	3月18時から
	コア・シェイプ&ストレッチ レックスタイム	30名	一般	3・17日	火	19時45分～20時45分	300円/回	3月19時15分から
	ボディメイク・ピラティス レックスタイム	30名	一般	11・25日	水	18時半～19時半	300円/回	3月18時から
◆	ナイトヨガレックスタイム	30名	一般	11・25日	水	19時45分～20時45分	300円/回	3月19時15分から
	フライデースポーツ広場	50名	中学生以上	13・27日	金	18時～20時	330円/回	3月17時半から
	バランスボールでエクササイズ	25名	一般	9日	月	10時～11時	500円/回	3月9時半から
	子育て広場 さかえっ子	10組 20名	子育て親子	9日	月	10時～12時	無料	3月9時半から
	いきいきシニアサロン	10名 程度	高齢者	9日	月	10時～11時半	無料	3月9時半から
★	アクアエクササイズ レックスタイム	25名	一般	5・19日	木	13時半～14時半	640円/回	3月13時から
	水中ウォーキング&スイム レックスタイム	15名	一般	12・19・26日	木	18時半～19時半	640円/回	3月18時から



南陽プール		港区藤前四丁目701番地			TEL(052)303-2015 FAX(052)303-2016			
講座	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
◆	朝のさわやかヨガレッスントイム	30名	一般	3・10・17・24日	火	9時15分～10時15分	300円	③9時から
	ビギナーエアロレッスントイム	30名	一般			10時半～11時半	300円	③10時15分から
	ザ・スローリンパドレナージュレッスントイム	30名	一般	6・20日	金	9時半～10時半	350円	③9時15分から
	スローエアロビックレッスントイム	30名	一般			10時45分～11時45分	350円	③10時半から
★	水泳ワンポイントアドバイス(水中ウォーキングを含む)	-	プール利用者	3・10・17・24日 5・12・19・26日	火 木	13時～14時 11時～12時	無料	③自由参加
♪	己書幸座	5名	一般	10月4・18日・ 11月1・15日・ 12月6日	金	13時半～15時	4,000円	④⑤9月1日(日)より先着順

富田北プール		中川区吉津四丁目3201番地			TEL(052)431-8991 FAX(052)431-1466			
講座	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
★	幼児用プールでプカブカあそび	30名	プール利用者(幼児と保護者)	2日	月	10時半～11時半	無料	③自由参加
	水泳ワンポイントアドバイス	-	プール利用者	4・11・18・25日	水	11時～12時	無料	③自由参加
♪	着衣水泳・浸水歩行体験	30名	どなたでも	10月8日	火	10時～11時	無料	④⑤9月11日(水)より先着順

レインボー黒川スポーツトレーニングセンター		北区清水四丁目17番17号			TEL(052)982-2770 FAX(052)982-2775			
講座	講座名	定員	対象	開催日	曜日	開催時間	受講料	申込方法
◆	かんたんエアロ&トレーニング	20名	一般	2・9日	月	14時10分～15時10分	400円	③13時50分から
	からだスッキリ!骨盤調整ヨガ	35名	一般	2・9日	月	15時20分～16時20分	400円	③15時から
	ZUMBA®	35名	一般	2・9日	月	18時～19時	400円	③17時40分から
	ZUMBA®	35名	一般	2・9日	月	19時20分～20時20分	400円	③19時から
	やさしい!バレトン	35名	一般	5・12・19・26日	木	9時40分～10時40分	300円	③9時20分から
	ビギナーヨガ体験	30名	一般	10月26日	土	9時半～10時半	310円	④⑤10月1日(火)9時から
	ノンシューズワークアウト・バレトン	30名	一般	10月26日	土	10時45分～11時45分	310円	④⑤10月1日(火)9時から
♪	パーソナルトレーニング	1名または2名(ペア)	一般	10月7日	月	15時10分～16時10分 17時半～18時半	1回6,500円または11,000円(ペア)	④受講日の2週間前までに申込

臨時休場のお知らせ

※休場期間には定休日を含みます。

施設名	休場期間	備考(休場の理由等)
日本ガイシスポーツプラザ	日本ガイシホール・第2競技場(会議室を含む)・第3競技場・アーチェリー場・25m温水プール・レセプションホール・研修室・和室・トレーニング室: 令和6年4月1日(月)～休場期間は改めてお知らせします	日本ガイシホール屋根防水工事等のため
CSアセット港サッカー場	令和6年5月1日(水)～令和7年11月30日(日)	観客席、フィールド、バリアフリー、内外装、電気・機械設備、大型映像装置改修等工事のため
名東スポーツセンター	全館:令和6年4月1日(月)～令和7年3月31日(月)	天井脱落対策工事等のため
富田北プール	体育室:令和6年6月17日(月)～9月30日(月) ※終期は予定	冷房稼働のための機器不具合による冷房使用不可のため
南生涯学習センター	全館:令和6年10月14日(月・祝)～令和7年1月13日(月・祝)	空調設備更新工事等のため

上記以外の(公財)名古屋市教育スポーツ協会が管理する施設

施設名	TEL	FAX	施設名	TEL	FAX
日本ガイシホール	(052)614-3111	(052)614-3120	昭和生涯学習センター	(052)852-1144	(052)852-1143
名東スポーツセンター	(052)705-4948	(052)705-4952	瑞穂生涯学習センター	(052)871-2255	(052)871-2256
千種生涯学習センター	(052)722-9666	(052)722-9696	熱田生涯学習センター	(052)671-7231	(052)671-7232
北生涯学習センター	(052)981-3636	(052)981-3590	港生涯学習センター	(052)653-5171	(052)653-5172
西生涯学習センター	(052)532-1551	(052)532-1552	南生涯学習センター	(052)613-1310	(052)613-1326
中村生涯学習センター	(052)471-8121	(052)471-8122	名東生涯学習センター	(052)703-2622	(052)703-2732
中生涯学習センター	(052)321-5511	(052)321-5512			

なごやアスリート 応援基金

みんなが育てよう!
名古屋のアスリート

寄附金を募集します!

詳しくは、当協会ホームページ(応援基金ページ)
URL: <https://www.nespa.or.jp/sports/donation/>
をご覧ください。

他の指定管理者が管理するスポーツ施設

	施設名	TEL	FAX	施設名	TEL	FAX
※これらの施設で開催される教室事業及び臨時休場等については、それぞれの施設までお問い合わせください。	パロマ瑞穂スポーツパーク管理棟【ラグビー場など】	(052)836-8200	(052)836-8206	守山スポーツセンター	(052)792-7066	(052)792-7067
	パロマ瑞穂スポーツパーク研修棟【プール・トレーニング室】	(052)836-8210	(052)836-8211	志段味スポーツランド	(052)736-3766	(052)736-3772
	パロマ瑞穂アリーナ	(052)836-8228	(052)836-8221	鳴海プール	(052)891-9314	(052)891-4301
	名古屋市体育館	(052)872-6655	(052)872-6657	香流橋プール	(052)773-5311	(052)773-5805
	天白スポーツセンター	(052)806-0551	(052)806-1164	名城庭球場	(052)912-3321	(052)912-3196
	緑スポーツセンター	(052)891-7775	(052)891-7779	上社レクリエーションルーム	(052)771-0021	(052)760-1230
	東スポーツセンター	(052)723-0411	(052)723-0440	東山公園テニスセンター	(052)832-1115	(052)832-1335
	昭和スポーツセンター	(052)733-6831	(052)733-6832	テラスポ鶴舞	(052)745-8545	(052)745-1780
	千種スポーツセンター	(052)782-0700	(052)782-6700			

