



ISG
KOHNODAI

一般社団法人

総合型地域スポーツクラブ

市川スポーツガーデン国府台



会員フリーパス種目

全種目 各1回 無料体験可能 (予約制)

2025/3/26

種目	日付	時間	場所
キックターザン 1 親子で遊ぶ 体づくり動きづくり	11・25 (日)	09:00~10:00	柔道場※
キックターザン 2 親子で遊ぶ 鬼ごっこ・ボール	10・24 (土)	11:00~12:00	剣道場※
みんなで 筋トレ ★ プロから学んで 筋力アップ	25 (日)	10:30~11:30	剣道場※
ヨガ&ストレッチ ★ 親子参加OK	13・27 (火)	11:30~12:30	柔道場※
	11 (日)	10:30~11:30	剣道場※
スポーツ用 車いすで遊ぼう	11 (日) 24 (土)	15:30~16:30	2体※
ゆるっと バスケットボール	11 (日) 24 (土)	13:00~15:30	2体※
	18 (日)	17:00~19:00	
	31 (土)	13:00~15:00	
ほのほの ソフトバレー	10 (土)	13:00~14:30	2体※
	24 (土)	17:00~18:30	1体※
ゆるっと バレーボール	10・24・31 (土)	19:00~21:00	1体※
	17 (土)		2体※
エンジョイ 卓球	10・24・31 (土)	11:00~13:00	2体※
楽しく バドミントン ★	10・17・31 (土)	15:00~17:00	2体※
	24 (土)	17:00~19:00	1体※
ゆるっと フットサル	10・17・31 (土) 25 (日)	17:00~19:00	2体※
フラ エクササイズ ★	12・19 (月)	11:15~12:45	剣道場※
すこやか 太極拳 ★	13・20・27 (火)	11:15~12:45	剣道場※
みんなで ウォーク 雨天中止	13・27 (火)	09:30~11:00	クラブハウス前※
	17・31 (土)		
はじめて テニス (小3~大人)	10 (土)	09:00~10:00	テニスコート※
	17 (土)	11:00~12:00	
初級 テニス ★ 雨天中止	10・31 (土)	09:00~11:00	
	17・24 (土)	11:00~13:00	

◇施設表記の※は 市川市スポーツセンター内施設

★参加チケット必要(4/1現在 18歳以上) ISG窓口でチケットを購入下さい。

2025年 5月スケジュール



ISG
KOHNODAI

一般社団法人

総合型地域スポーツクラブ

市川スポーツガーデン国府台



会員スクール種目

全種目 各1回 無料体験可能 (予約制)

2025/2/22

種目	日付	時間	場所
マルチスポーツ教室 <small>7種目を経験 年少・中/年長～小3</small>	10・17・24 (土)	09:00～11:00	剣道場※
キッズ体操教室 <small>幼児・小学生各60分</small>	11・25 (日)	10:00～12:00	柔道場※
バク転&タンフリング <small>2クラス 各60分</small>		12:10～14:20	
フラッグフットボール <small>各2クラス開催</small>	12・19・26 (月)	17:00～20:10	市川小 運動場
	07・14・21 (水)	17:00～20:10	市川小 体育館
	09・16・23 (金)	18:00～20:40	若宮小 体育館
かけっこ/ランニング (水) <small>全4クラス</small>	14・21・28 (水)	15:40～20:45	クラブハウス前※
かけっこ/ランニング (土) <small>全3クラス</small>	24・31 (土)	13:15～16:25	市川小 運動場
かけっこ教室 <small>年中～小1</small>	24 (土)	10:00～10:50	2体※
	31 (土)		
千ア (火) ダンス部門	13・20・27 (火)	17:00～19:05	ふれあいセンター
千ア (土) リーディング部門	10・24・31 (土)	14:25～17:40	市川小 体育館
バスケット (School) 小3～中3	12・19・26 (月)	19:15～20:45	一中 体育館
	01・08・15・22・29 (木)		1体※
バスケット (ClubTeam U-15)	https://www.isgbbc.jp/ ←日程はこちら		

一般用 plus 1 種目

1回参加型の有料プログラム (会員登録不要・予約不要)

種目	日付	時間	場所
ノルディック フラス	12・19 (月)	09:30～10:30	クラブハウス前※
	26 (月)		里見公園 藤棚前
バスケ フラス (小2～中3)	11・25 (日)	19:15～20:45	2体※

◇施設表記の※は 市川市スポーツセンター内施設

◇スケジュールは、施設・指導者の都合で変更になることがあります。HPで最新スケジュールをご確認下さい。

お問い合わせ先：ISG国府台クラブハウス

〒272-0827 千葉県市川市国府台1-6-4市川市スポーツセンター内

TEL&FAX 047-371-7800

窓口営業時間

10:00～13:00

火～土曜日

(日・月・祝定休)