(公財)名古屋市教育スポーツ協会

「NESPA」及び「ネスパ」は、公益財団法人名古屋市教育スポーツ協会の商標又は登録商標です。「NESPA」とは、Nagoya Education and SPorts Association の頭文字をとったもので、「ネスパ」といいます。

「トライスポーツ」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。

TRY SPORTS

2025 6 NO.229

NESPA情報　協会ホームページ

Sport in Life　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。

ぜひこの機会におすすめください!

NESPA ストレッチング DVD1・2

家庭でできる簡単な運動やエアロビック・ダンス、座ってできるストレッチングや筋力アップなど、健康・体力づくりにもってこいの DVD を当協会が管理する施設にて販売しています！

101分 NESPA ストレッチング DVD1

ストレッチング／やろマイ ホームエクササイズ
ダンベル チューブエクササイズ／エアロビック・ダンス
＋特典映像「NSPA ストレッチング」15 分

販売価格　1,500円(税込)

37分 NESPA ストレッチング DVD2 腰かけエクササイズ

座ってストレッチング
座って筋力アップ／座ってエアロ～ぽっかぽか体操～
＋特典映像「NESPA ストレッチング」15 分

販売価格　1,000円(税込)

※詳しくは、当協会ホームページ「スポーツ事業ページ」(URL:http://www.nespa.or.jp/sports/video/)　及び下記、問合せ先まで。

お問合せ　(公財) 名古屋市教育スポーツ協会　事業課　TEL：052-614-7504　FAX：052-614-7149

YouTube NESPA チャンネル

YouTube にて動画配信中!

「脚の運動①太ももの前側・ふくらはぎ編」などを YouTube にて配信しています。

ぜひチャンネル登録をお願いします！！