



総合型地域スポーツクラブ

# みとや スポーツクラブ



# 会報

mitoya sports club



## ノルディック・ウォーク

～掛合交流センターを見に行こう！～



6月16日(土)、ノルディック・ウォーク教室を行いました。今回は参加者計12名で、掛合の里から掛合交流センターを目指して、往復4kmのコースを歩きました。

この日はとてもよく晴れていましたが、風も涼しく、みなさん気持ちよく歩いておられました。道中、川沿いに生えているクルミの木や、田んぼの中におたまじゃくしを見つけたりと、季節を感じることもできました。

交流センターに到着し、センター長の白築さんに館内を案内してもらいました。館内には茶室や調理場など、たくさんのお部屋がありました。また、定期的にグラスアートクラブも開催されているそうです。新築ということもあり、参加者からは「とてもきれいな建物だった。」「来てよかった。」などの感想もありました。

次回のノルディック・ウォーク教室は、7・8月は休止し、9月から再開します。



### 新しい職員が加わりました！

この度、事務局員の若林巧貴の異動(加茂 B&G 海洋センター)に伴い、武藤智紘(むとうちひろ)が新たに事務局のメンバーとして加わりました！

**白のジャージが目印です！**遠くから見て「あの人だな。」と、見かけて声をかけていただけたら喜びます！＼(・ω・)／

中学では柔道、高校では陸上をやっていて、大学ではスポーツ医療を学んでいました！よろしくお祈りします！

平成30年度みとやスポーツクラブ 現在の会員数：189名  
～みとやスポーツクラブは、皆様のおかげで成り立っています～

# 7月予定表



種目名	日にち	開始時間	場 所	持参品
1) 幼児バスケット教室 (年中～年長) ★	1日 (日)	13:00～14:00	アスパルアリーナ	室内運動靴、タオル、ドリンク
2) キッズバスケット教室	28日 (土)	14:00～15:30	アスパルアリーナ	
3) キッズサッカー教室	29日 (日)	10:00～11:30	アスパルアリーナ	室内運動靴、タオル、ドリンク
4) チャレンジスポーツ教室 ★	2日 (月) 9日 (月) 16日 (月)	17:00～18:30	アスパルアリーナ	室内運動靴、タオル、ドリンク
5) チャレンジ体操教室 (年中～年長①) ★	5日 (木) 19日 (木) 30日 (月)	17:00～17:30	アスパル小ホール	タオル、ドリンク
5) チャレンジ体操教室 (年中～年長②) ★		17:30～18:00		
5) チャレンジ体操教室 (小学1～3年生) ★		18:05～18:35		
5) チャレンジ体操教室 (小学4～6年生) ★		18:35～19:15		
6) キッズベースボール <b>NEW!!</b>	28日 (土)	16:00～17:00	アスパルアリーナ	室内運動靴、タオル、ドリンク、つばのある帽子
7) おたっしゃクラブ/健康運動教室 (水中運動)	13日 (金) 20日 (金)	9:30～11:30	三刀屋健康福祉センター プール	水着、水泳帽、バスタオル、ドリンク
7) おたっしゃクラブ/健康運動教室 (3B体操)	6日 (金) 27日 (金)	10:00～11:30	アスパル小ホール	室内運動靴、タオル、ドリンク
8) ヨガ move ★	2日 (月) 9日 (月) 16日 (月) 23日 (月) 30日 (月)	20:00～21:00	アスパル小ホール	タオル、ドリンク ※マット貸出有り
9) リフレッシュヨガ ★	26日 (木)	10:00～11:00	アスパル小ホール	タオル、ドリンク ※マット貸出有り
10) ゆるらくエアロビ ★	6日 (金) 27日 (金)	19:00～19:30	アスパル小ホール	室内運動靴、タオル、ドリンク
11) 卓球教室	14日 (土) 28日 (土)	19:00～21:00	アスパル小ホール	室内運動靴、タオル、ドリンク ※ラケット貸出有り
12) フォークダンス	5日 (木) 19日 (木)	9:30～11:30	アスパル小ホール	室内運動靴、タオル、ドリンク
13) 軽スポーツ ※会員外でも無料 【カローリング】	7日 (土)	10:00～11:30	アスパル小ホール	室内運動靴、タオル、ドリンク
14) ノルディック・ウォーク ※7月・8月は休止し、9月から再開します！				
15) スポーツ吹矢	2日 (月) 16日 (月)	10:00～11:00	アスパル小ホール	室内運動靴、タオル、ドリンク

◎ 各教室が始まる前に受付をしますので、**開始時間10分前**には会場にお越し下さい。

◎ 会員の方は対象のプログラムにどれでも無料で参加することが出来ますが、入会申込み時に参加種目欄に記入のなかった種目に参加される際は教室の3日前までに事務局まで連絡をしていただくか、直接アスパル事務所までお越し下さい。  
(★=定員があるものです)

◎ 水分補給の為に必ず**ドリンク**をお持ち下さい。

【おことわり】クラブの活動中にスタッフが写真を撮る事がありますが、これはクラブのPR・助成事業の報告等に使用しますので、ご了承下さい。

みんなでChange! Chalenge! Enjoy!  
みとやスポーツクラブ事務局

〒690-2405  
島根県雲南市三刀屋町古城 1-1 雲南市三刀屋文化体育館アスパル内  
定休日/火曜日・年末年始 時間/9:00～22:00  
Tel (0854)45-9222 Fax (0854)45-9223 E-mail asuparu@bs.kkm.ne.jp  
http://www.uspal-unnan.com