

みんなで
Change!
Challenge!
Enjoy!

みとや スポーツクラブ 1月会報



ギョイコウノスケ

島根県スポーツ・レクリエーション祭 スポレク広場

みとやスポーツクラブ スポーツフェスティバルを開催しました



11月9日(日)にアスパルで島根県スポーツ・レクリエーション祭 スポレク広場 みとやスポーツクラブ「スポーツフェスティバル」を開催し、参加者とスタッフあわせて約100名が参加しました。

このイベントは、年齢や障がいの有無にかかわらず誰もが参加でき、体を動かすことの楽しさを体験することにより、生涯にわたりスポーツに親しみ、健康でいきいきと暮らす助けになることを目的に島根県内で開催され、今年で37回目を迎えます。

当日は、「カロリーニング」、「PKキック」、「公式

輪投げ」、「スポーツ吹矢」、「ラダーゲッター」の5種目の軽スポーツの体験ブースがあり、子どもから大人まで幅広い年代の皆様に楽しく体を動かしていただきました。

オープニングでは、当クラブのキッズダンス教室によるダンスを披露し、講師の9BIN先生とともに元気と笑顔あふれるステージで会場を盛り上げてくれました。

雲南市スポーツ推進委員協議会の皆様をはじめ、ご参加、ご協力いただいた皆様、本当にありがとうございました。

雲南市民歳末余芸大会に出演しました

12月7日(日)にアスパルで第19回雲南市民歳末余芸大会が開催され、当クラブのキッズダンス教室が出演しました。

初めての大きな舞台に緊張しながらも、笑顔で楽しく踊ることができました。温かく見守ってくださった観客の皆様、本当にありがとうございました。



総合型地域スポーツクラブ MITOYA SPORTS CLUB

みとやスポーツクラブ

友だち募集中
LINE@

みとや
スポーツ
クラブ



1月予定表

※赤字の日付は日程変更や会場、曜日が異なる日です。

種目名	日にち	開始時間	場 所	持参品
1)キッズサッカー	17日(土) 24日(土)	10:00～11:30	アスパル アリーナ	室内運動靴、タオル ドリンク
2)チャレンジ体操 ①4歳～小2 ②小3～小6	9日(金) 16日(金) 23日(金)	①16:30～17:15 ②17:15～18:15	アスパル 小ホール	タオル、ドリンク
3)キッズダンス NEW ①4歳～小1 ②小2～中3	10日(土) 24日(土)	①12:00～12:50 ②13:00～14:00	アスパル 小ホール	室内運動靴、タオル ドリンク
4)おたっしやクラブ／健康運動教室 水中運動	16日(金) 23日(金)	① 9:30～10:10 ②10:15～10:55	三刀屋健康福祉センター 温水プール	水着、水泳帽 バスタオル、ドリンク
4)おたっしやクラブ／健康運動教室 3 B 体操	9日(金) 30日(金)	10:00～11:00	アスパル 小ホール	室内運動靴、タオル ドリンク
5)ヨガ move	5日(月) 19日(月) 26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
6)リフレッシュヨガ	15日(木) 29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
7)ゆる楽エアロビ	9日(金) 23日(金)	19:30～20:15	アスパル 小ホール	室内運動靴、タオル ドリンク
8)レクダンス	8日(木) 22日(木)	10:00～11:00	アスパル 小ホール	室内運動靴、タオル ドリンク
9)スポーツ吹矢	5日(月) 19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
10)キックボクシング ①4歳～小6 ②中学生～一般 ③中学生～一般	8日(木) 22日(木)	①19:00～19:40 ②19:40～20:25 ③20:30～21:15	アスパル 小ホール	軍手、タオル ドリンク

【特別プログラム】 参加費無料！どなたでも参加できます！

種目名	日にち	開始時間	場 所	持参品
1)軽スポーツ	17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
2)ノルディック・ウォーク	冬季(12月～2月)はお休みします			

●急な変更については、教室別にLINEにてご連絡いたします。

●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、ご了承ください。

総合型地域スポーツクラブ

みんなで **Change!Challenge!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 受付時間／9:00～17:00

Tel (0854)45-9222 Fax : (0854)45-9223