



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

**CHALLENGEDAY**

5月30日(水) ~無料体験会~

会場：三刀屋文化体育館アスパル

種目：スポーツ吹矢、卓球台無料開放など

※詳細は後日発行するチラシをご覧ください。

5月30日(水)は、恒例のチャレンジデーです。当日は、同じ規模の自治体と、「15分以上継続して体を動かした市民の参加率(%)」を競います。今年の実戦相手の岡山県赤磐市は、平成17年に合併し誕生した市です。気候風土のよさから果樹栽培や稲作などの農業が盛んなまちです。

雲南市の昨年の参加率は62.2%、赤磐市は61.8%で、わずかな差です。今年も勝利をつかめるように、自分のペースで頑張りますよ！

そこで、みとやスポーツクラブではこのチャレンジデーに合わせ**無料体験会**を行います。みとやスポーツクラブ会員の皆様はもちろん、チャレンジデーに参加したい方、みとやスポーツクラブに興味のある方などどなたでも自由に参加することができます。申込みは要りません！ぜひお越しください！

※保険には加入していません。



## 対戦表



島根県	
雲南市 うんなんし	
実施回数	13回目
人口	39,179人

VS

岡山県	
赤磐市 あかいわし	
実施回数	9回目
人口	44,411人

## 雲南市カローリングフェスティバル2018

~参加者募集~

【日時】2018年5月20日(日) 9:00~12:00

【会場】雲南市三刀屋文化体育館アスパル アリーナ

【持ち物】体育館シューズ、動きやすい服装、飲料

【参加対象】個人でもチームでも参加できます。※申込み必要なし

【参加費】1人100円 ※当日受付で集金します



平成30年度みとやスポーツクラブ 現在の会員数：170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~

# 5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) ★	13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	19日(土)	14:00～15:30	アスパルアリーナ	
3) キッズサッカー教室	19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
4) チャレンジスポーツ教室 ★	7日(月) 14日(月) 21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) ★ <b>NEW!!</b>	3日(木)	17:00～17:30	アスパル小ホール ※9日(水)はアリーナ	タオル、ドリンク
5) チャレンジ体操教室 (年中～年長②) ★	9日(水)	17:30～18:00		
5) チャレンジ体操教室 (小学1～3年生) ★	17日(木) 24日(木)	18:05～18:35		
5) チャレンジ体操教室 (小学4～6年生) ★	31日(木)	18:35～19:15		
6) キッズベースボール <b>NEW!!</b>	19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) おたっしゅクラブ/健康運動教室 (水中運動)	11日(金) 25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) おたっしゅクラブ/健康運動教室 (3B体操)	4日(金) 18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 ★	14日(月) 21日(月) 28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 ★	10日(木) 24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 ★	11日(金) 18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	12日(土) 26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	17日(木) 28日(月)	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 内容: グラウンドゴルフ	13日(日)	10:00～11:30	アスパルアリーナ棟ロビー	室内運動靴、タオル、ドリンク
14) ノルディック・ウォーク ～歩いたら木次線で帰ろう②～ ※要申込 【木次駅から日登駅までの約4kmを歩き、木次線に乗って帰ってきます!】	19日(土)	9:00～11:45	集合時間 9:00 集合場所 木次駅	屋外運動靴、タオル、帽子、ドリンク、カッパ(雨天時)、電車賃 190円
15) スポーツ吹矢	7日(月) 14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、**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