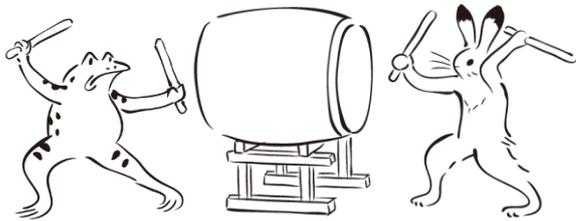


# みとやスポーツクラブ 11月 会報

年二回開催 特別教室

## 和太鼓教室

### 参加者募集



開催日：2019年 **11月21日(木)**、**12月5日(木)**

場所：三刀屋文化体育館アスパル ステージ

時間：19時30分～20時30分

対象：小学生以上（低学年は保護者同伴）

参加料：**無料**

講師：細木 皇宏 先生（三刀屋太鼓）

締切：**開催日前日まで**

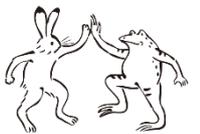
申込先：三刀屋文化体育館アスパル内

みとやスポーツクラブ事務局

雲南市三刀屋町古城1-1 ☎0854-45-9222

持参品：タオル、ドリンク

その他：動きやすい服装でお越しください。



特別開催

## パークゴルフ

### 参加者募集

in グリーンパーク雲南

開催日：2019年 **11月13日(水)**

場所：グリーンパーク雲南（明石緑が丘公園）

時間：10:00～12:00

対象：小学生以上（低学年は保護者同伴）

参加料：**みとやスポーツクラブ会員 無料**

非会員(プレー料金) 一般：960円

中学生以下：680円

※保険には加入しておりません。

※参加費は当日徴収いたします。

締切：**11月10日(日)まで**

申込先：三刀屋文化体育館アスパル内

みとやスポーツクラブ事務局

雲南市三刀屋町古城1-1 ☎0854-45-9222

持参品：屋外シューズ、帽子、タオル

ドリンク、カップ（雨天時）

その他：動きやすい服装でお越しください。



令和元年度みとやスポーツクラブ 現在の会員数：**202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～

# 11

# 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) ★	2日(土) 16日(土)	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	2日(土) 16日(土)	14:00～15:30	アスパルアリーナ	
3)キッズサッカー教室	3日(日) 10日(日) 17日(日)	10:00～11:30	アスパルアリーナ みとやこども園 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 ★	4日(月) 11日(月) 18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) ★	1日(金) 15日(金)	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) ★		18:00～18:30		
5)チャレンジ体操教室 (小学4～6年生) ★		18:30～19:00		
6)キッズベースボール	2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)おたっしやクラブ/健康運動教室 (水中運動)	1日(金) 15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)おたっしやクラブ/健康運動教室 (3B体操)	8日(金) 29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 ★	18日(月) 25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 ★	28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)Body Make”ゆるらくエアロビ” ★	1日(金) 8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)フォークダンス	7日(木) 21日(木)	9:30～11:30	アスパル娯楽音楽室 アスパル小ホール	室内運動靴、タオル、 ドリンク
12)卓球教室	9日(土) 23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
13)軽スポーツ ※会員外でも無料 【ニチレクボール】	9日(土)	10:00～11:30	アスパルロビー	室内運動靴、タオル、 ドリンク
14)ノルディック・ウォーク 【湯村温泉付近】	27日(水)	9:00～12:00	集合時間 9:00 集合場所 清風荘	屋外運動靴、タオル、帽子、 ドリンク、カップ(雨天時)
15)スポーツウェルネス吹矢	4日(月) 18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、ご了承ください。

みんなでChange! Chalenge! Enjoy!

みとやスポーツクラブ事務局

〒690-2405 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 Email [asuparu@bs.kkm.ne.jp](mailto:asuparu@bs.kkm.ne.jp)  
<http://www.uspal-unnan.com>