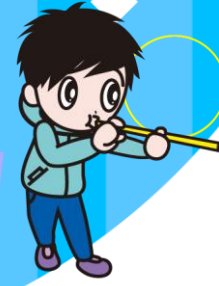


みんなが
Change!
Challenge!
Enjoy!

みとや スポーツクラブ 6月会報



キッズプログラム 無料体験会を開催しました!

5月2日~30日に子どもを対象としたチャレンジ体操教室、キッズサッカー教室、ちびっこスポーツバイキング、チャレンジリズム教室の無料体験会を開催し、たくさんの皆様に参加していただきました。

参加者の皆様からは、「逆上がりのコツが分かった」、「サッカーの試合が楽しかった」、「また参加したい」などうれしい感想をいただきました。

幼児期から体を動かす楽しさやスポーツの楽しさを味わうことにより、生涯にわたって運動に親しむことができる健康的な生活習慣が確立されると言われています。

みとやスポーツクラブでは、それぞれの体力や年齢・目的に応じた教室があり、楽しく体を動かす習慣を身につけることができます。

随時、会員を募集しています。皆様のご入会をお待ちしております。



会員募集中

チャレンジ体操



スポーツバイキング



キッズサッカー



チャレンジリズム



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 Tel (0854)45-9222



友だち追加お願いします。

みとや SC

6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)ちびっこスポーツバイキング	11日(土) 25日(土)	13:00~14:00	アスパル小ホール アスパルアリーナ	室内運動靴、タオル ドリンク
2)チャレンジリズム教室	6日(月) 20日(月) 27日(月)	17:00~18:00	アスパル小ホール アスパルロビー	室内運動靴、タオル ドリンク
3)キッズサッカー教室	11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)チャレンジ体操教室(年中~年長)★	10日(金)	16:30~17:00	アスパル小ホール	タオル、ドリンク
4)チャレンジ体操教室(小1~3)★	17日(金)	17:00~17:30		
4)チャレンジ体操教室(小4~6)★	24日(金)	17:30~18:10		
5)おたっしゅクラブ/健康運動教室 (水中運動)	3日(金) 17日(金)	9:30~11:30	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
6)おたっしゅクラブ/健康運動教室 (3B体操)	10日(金) 24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
7)ヨガ move ★	6日(月) 13日(月) 20日(月) 27日(月)	20:00~21:00	アスパル小ホール アスパル娯楽音楽室	タオル、ドリンク ※マット貸出有り
8)リフレッシュヨーガ ★	23日(木) 29日(水)	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
9)ゆる楽エアロビ	17日(金) 24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 ※マット貸出有り
10)フォークダンス	16日(木) 30日(木)	10:00~11:30	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	11日(土) 25日(土)	19:00~20:30	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)軽スポーツ ~グラウンド・ゴルフ~	25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
13)ノルディック・ウォーク※要申込 ~吉田町散策~	13日(月) 予備日: 20日(月)	9:30~12:00	集合時間/9:30 集合場所/稲わら工房 (吉田町吉田 2725)	屋外運動靴、タオル 帽子、ドリンク カップ(雨天時)
14)スポーツ吹矢	6日(月) 20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1.0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。

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