

みんなで  
Change!  
Challenge!  
Enjoy!

# みとや スポーツクラブ 1月会報



「スポーツフェスティバル」を開催しました!



シャフルボー



スポーツ吹矢



PKキック



フリースロー



スカットボール



公式輪投げ



ラダーゲッター

11月26日(日)に第35回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・スタッフあわせて約80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35回目を迎えます。

当日は、新種目のシャフルボードのオリジナル

のルールバージョン「シャフルボー」、「PKキック」、「公式輪投げ」、「フリースロー」、「スカットボール」、「ラダーゲッター」、「スポーツ吹矢」の7種目を実施し、子どもから大人まで幅広い年代の皆様楽しく体を動かしていただきました。

各種目のブースでは、たくさんの笑顔が見え、明るい笑い声の響く楽しいイベントとなりました。

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。

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)ちびっこスポーツバイキング	13日(土) 27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)キッズサッカー教室	27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
3)チャレンジ体操教室 ①4歳~小2 ②小3~小6	12日(金) 19日(金) 26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
4)おたっしゃクラブ/健康運動教室 水中運動	19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)おたっしゃクラブ/健康運動教室 3B体操	12日(金) 26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	15日(月) 22日(月) 29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	11日(木) 25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	5日(金) 26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	11日(木) 18日(木)	10:00~11:30	アスパル 小ホール ※11日/娯楽音楽室	室内運動靴、タオル ドリンク
9)卓球教室	20日(土) 27日(土)	19:00~20:30	アスパル 小ホール ※20日/アリーナ	室内運動靴、タオル ドリンク ※ラケット貸出有り
10)スポーツ吹矢	15日(月) 29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
11)キックボクシング ①4歳~小6 ②中学生~一般 ③中学生~一般	11日(木) 25日(木)	①19:00~19:40 ②19:40~20:25 ③20:30~21:15	アスパル 小ホール	タオル、ドリンク 軍手

【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	27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	12月~2月はお休みします			

●急な変更についてはLINEやホームページ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