

みんな  
Change!  
Challenge!  
Enjoy!

# みとや スポーツクラブ 3月会報



ギョイコウノスケ

## 令和8年度 会員募集について ～継続割引もあります!!～

当クラブは、「チェンジ・チャレンジ・エンジョイ」を合言葉に、地域住民の皆さまがスポーツや文化活動を楽しみながら、生涯にわたって健康で魅力的な毎日を送っていただける環境づくりを目指し、活動しております。

おかげさまで今年度は、150名の会員の皆さまとともに、さまざまな教室やイベントを実施することができました。

日頃よりクラブ活動にご理解・ご協力を賜り、心より感謝申し上げます。今後も、会員および地域の皆さまとともに、スポーツを通じて元気なまちづくりに貢献できるクラブとなるよう、スタッフ一同努めてまいります。引き続きクラブ活動へのご参加と、会員継続にご理解・ご協力を賜りますよう、お願いいたします。なお、2月中旬に会員の皆さまへ、会員募集チラシおよび会員申込書を郵送させていただきます。会員申込みは3月1日（日）より受付を開始いたします。また、3月22日（日）までに会員継続のお申込みをされた方を対象に、年会費を500円割引いたします。今後とも当クラブをよろしくお願いいたします。

### ◆申込受付開始

令和8年3月1日（日）9:00～

※申込時間:9:00～17:00（火曜日休館日）

※定員に達した教室は募集を締切らせていただきます

### ◆継続割引について

対象:令和7年度会員様

内容:3月22日（日）までに会員継続の

お申込をされた方は500円割引します

## 長年のご指導に感謝 ～ヨガ move・ゆる楽エアロビ教室リニューアルのお知らせ～

長年にわたり、当クラブの「ヨガ move」および「ゆる楽エアロビ」を支えてくださった渡部先生（ヨガ move）、栗先生（ゆる楽エアロビ）ですが、来年度は当教室でのご担当を一旦終了し、両教室ともピラティス教室として、新たに別の先生を迎えてスタートすることとなりました。

渡部先生のヨガ move は、落ち着いたトーンの声による丁寧なご指導で、心身をゆったりと整える時間として、多くの会員の皆さまに長く親しまれてきました。

栗先生のゆる楽エアロビは、明るく元気いっぱいのご指導により、毎回笑顔と活気にあふれ、楽しみに参加されている方も多いクラスでした。

これまでのご尽力に、心より感謝申し上げます。スタッフ一同、長年にわたり多くの会員の皆さまに親しまれてきた教室が終了となることを、心苦しく、誠に残念に思っておりますが、渡部先生・栗先生ともに、今後もクラブ内の別教室にて、これまでと変わらずご指導を続けてくださいます。

新たにスタートするピラティス教室につきましても、ぜひご期待いただき、今後とも変わらぬご参加・ご声援を賜りますようお願いいたします。



渡部先生（ヨガ move）



栗先生（ゆる楽エアロビ）

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



# 3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	時 間	場 所	持参品
1)キッズサッカー	14日(土) 21日(土) 28日(土)	10:00～11:30	アスパルアリーナ ※3/21 小ホール	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	6日(金) 13日(金) 27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 ①4歳～小1 ②小2～中3	14日(土) 21日(土) 28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)おたっしゃクラブ／健康運動教室 水中運動	13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 3 B体操	6日(金) 27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	2日(月) 9日(月) 16日(月) 23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
6)リフレッシュヨガ	12日(木) 26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
7)ゆる楽エアロビ	6日(金) 27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	5日(木) 19日(木)	10:00～11:00	アスパル 小ホール ※3/19 娯楽音楽室	室内運動靴、タオル ドリンク
9)スポーツ吹矢	2日(月) 16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	5日(木) 19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

## 【無料体験教室】

種目名	日にち	時 間	場 所	持参品
ピラティス無料体験会	13日(金)	19:30～20:15	アスパル 小ホール	タオル、ドリンク ※ストレッチボール・マット貸出有
腸ケア×ピラティス無料体験会	30日(月)	20:00～21:00	アスパル 小ホール	タオル、ドリンク ※ストレッチボール・マット貸出有

## 【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	時 間	場 所	持参品
1)軽スポーツ	14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※要申込 ～段部のしだれ桜を見に行こう～	30日(月)	9:30～12:00 集合時間/ 9:30	集合場所/加茂中央公園 ふれあいの丘駐車場	帽子、ドリンク カップ（雨天時）

●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