

平成29年度

みとやスポーツクラブ
会員募集



3月1日(水)より、「平成29年度みとやスポーツクラブ会員」を募集します。現在入会されている方はぜひ継続入会を！悩んでおられる方はこの機会に体験してみてもぜひ！年間いつでも入会可能ですが、早く入会されるほうが断然オトクです。皆様の入会をお待ちしております。

全種目体験できる！

無料体験会

3月4日(土)～19日(土)

3月4日(土)から19日(日)までの期間、無料体験会を開催します。対象教室であれば何種目でも無料で体験することができます。

皆様の参加をお待ちしております。

※詳しくは、別紙チラシをご覧ください。

チャレンジ体操教室



～大好評につき、平成29年度4月から新しいクラスが増えます！～

今年度はご入会をお待ちいただく程、人気だったチャレンジ体操教室が平成29年度4月からリニューアルします。今まで以上に満足いただける教室になるようがんばります！

平成29年4月～チャレンジ体操教室

木曜日(年間48教室)

- ①17:00～17:30 年中～年長
- ②17:35～18:10 小学1年生～3年生
- ③18:15～19:00 小学4年生～6年生

※年中…H29.4月時点で4歳



ゆるらく

エアロビ無料体験会



～大好評につき、平成29年4月から定期的で開催します！～

2月にゆるらくエアロビ無料体験会を開催しました。この教室は、脂肪燃焼効果が高く、心肺機能の向上やスタミナアップにも向いており、ダイエットや健康維持など総合的な効果が期待できる初心者向けのエアロビクス教室です。

「いい汗をいっぱいかけて(運動中はしんどかったけど)気持ちよかった。」などの感想を参加者の皆様からいただきました。

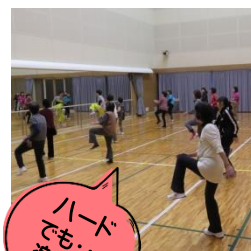
ご好評につき、4月から定期的で開催します。

平成29年4月～ゆるらくエアロビ教室

金曜日(年間30教室)

19:00～19:30 高校生以上

汗をかいてスツキリ



ハードでも…楽しい

3 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) ★	4日(土) 19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	4日(土) 19日(日)	14:00～15:30	アスパルアリーナ	
3) キッズサッカー教室	4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 ★	6日(月) 13日(月) 27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) ヒップホップダンス教室	11日(土) 25日(土)	17:00～18:00	アスパル小ホール	室内運動靴、タオル、ドリンク
6) チャレンジ体操教室 (年長～小学2年生) ★	2日(木) 9日(木) 16日(木)	17:00～18:00	アスパル小ホール	タオル、ドリンク
6) チャレンジ体操教室 (小学3～6年生) ★	23日(木) 29日(水) 30日(木)	18:00～19:00		
7) おたっしゃクラブ/健康運動教室 (水中運動)	17日(金) 31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) おたっしゃクラブ/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
8) ヨガ move ★	6日(月) 10日(金) 13日(月) 27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 ★	9日(木) 23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
11) 卓球教室	11日(土) 25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	2日(木) 16日(木)	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 (グラウンド・ゴルフ)	19日(日)	10:00～11:30	アスパル小ホール	室内運動靴、タオル、ドリンク
14) ノルディック・ウォーク ※要申込	11日(土)	9:00～11:30	ラメール駐車場集合 赤川土手を歩こう!	屋外運動靴、タオル、帽子、ドリンク、カップ(雨天時)
15) スポーツ吹矢 NEW!!!	13日(月) 27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

11111111111・・・無料体験日

- ◎ 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。その際に、**必ず会員証を提示**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。