

みとやスポーツクラブ

mitoya sports club



パークゴルフ参加者募集

日時：平成30年**11月25日**（日）10:00～12:00

※9:30 明石緑が丘公園集合

会場：明石緑が丘公園

対象：小学生以上（低学年は保護者同伴）

参加費：みとやスポーツクラブ会員 **無料**

（プレー）非会員 大人：930円

子ども（中学生以下）：620円

※保険には加入していません。

※参加費は当日徴収いたします。

申込：11月23日（金）までにお電話（45-9222）または

アスパル窓口へ直接お申し込みください。

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：運動ができる服装でお越しください。

パークゴルフ
北海道発祥の生涯
スポーツ。子どもから高齢
者の方まで、みんなで楽しめ
ます。ルールは、基本的にゴル
フと同じ。クラブとボールが
あればOK！あとは
カップめがけて
打つのみ！



和太鼓参加者募集



日時：平成30年**11月8日**（木）19:30～20:30

会場：三刀屋文化体育館アスパルステージ

対象：小学生以上（低学年は保護者同伴）

講師：細木 皇宏先生（三刀屋太鼓）

参加費：みとやスポーツクラブ会員 **無料**

非会員 1回500円

※保険には加入していません

※参加費は当日徴収いたします。

申込：11月7日（木）までにお電話（45-9222）または

アスパル窓口へ直接お申し込みください。

持参品：タオル、ドリンク

その他：運動ができる服装でお越しください。

太鼓を叩くことは
全身運動なので
痩せやすいからだ作り、
筋力向上も期待できます。
思いっきり叩いて、
普段自分で出すことのない音
と、合奏を楽しみましょう！

