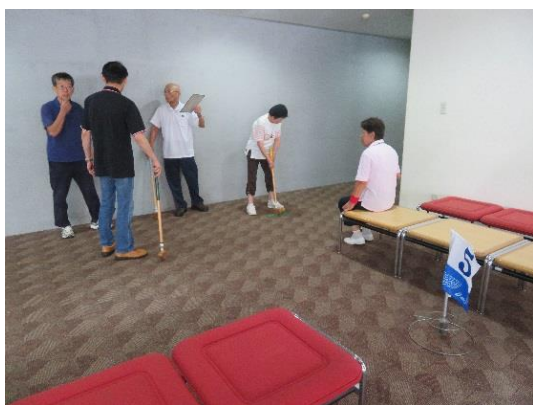




スポーツの秋ですよ！



夏の暑さから一変し、早いもので、もう9月も下旬となりました。
朝晩は肌寒いと感じるほど涼しくなっておりますので、着るもので体温調節をして、風邪をひかないように気をつけましょう。



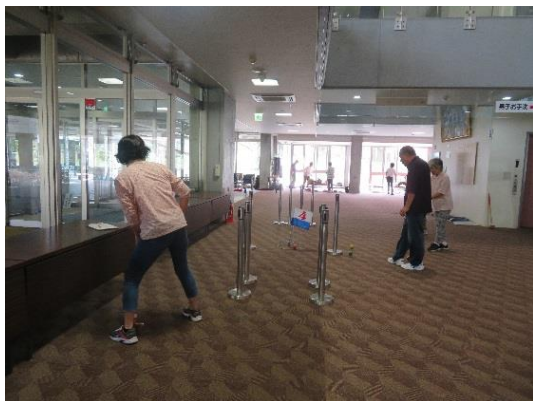
9月15日(土)、軽スポーツ教室のグランドゴルフが、アリーナ棟1階ロビーと2階ロビーで行われました。

この日の午前中は、アリーナの人の出入りが少なく、1階と2階のロビーいっぱいコースが設置されていました。

コースの中には、ポールを避けて打つようなコースや、椅子の下を潜らせるコース、直線約60mを打つようなコースもありました。参加人数も17名と多く、何班かに分かれてコースを回りました。

初めて見る変わったコースに最初は驚いたりしましたが、みなさんでどこに打つか、どう打つかと、楽しくお喋りしながら協力していました。狙ったところに上手くボールが転がらなくても、笑顔で楽しそうにしていました。

ロビー全体を使っただけの活動と、複雑なコースの打ち分けや、参加人数の多さから、会場全体に大きな笑い声が響いていました。



お知らせ

今月より、小ホール入り口付近にみとやSC専用のボードを設置し、会報では紹介できなかった教室の様子を掲載したいと思います。

活動写真の掲載を予定しておりますので、会員様の映っている写真を使用させていただく可能性があります。

個人情報に関わることから、「写真の掲載は止めて欲しい」という方がいらっしゃいましたら、大変お手数ですが、事務局までお申し出ください。宜しくお願い致します。

10 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) ★	13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) キッズバスケット教室		14:00～15:30	アスパルアリーナ	
3) キッズサッカー教室	14日(日)	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 ★	1日(月) 8日(月) 15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) チャレンジ体操教室 (年中～年長①) ★	4日(木) 10日(水) 18日(木) 24日(水)	17:00～17:30	アスパル小ホール	タオル、ドリンク
5) チャレンジ体操教室 (年中～年長②) ★		17:30～18:00		
5) チャレンジ体操教室 (小学1～3年生) ★		18:05～18:35		
5) チャレンジ体操教室 (小学4～6年生) ★		18:35～19:15		
6) キッズベースボール NEW!!	13日(土)	16:00～17:00	アスパルアリーナ	室内運動靴、タオル、ドリンク、つばのある帽子
7) おたっしゃクラブ/健康運動教室 (水中運動)	12日(金) 19日(金) 26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)	5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 ★	1日(月) 8日(月) 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
9) リフレッシュヨガ ★	11日(木) 25日(木) 31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
10) ゆるらくエアロビ ★	5日(金) 12日(金) 19日(金)	19:00～19:30	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	13日(土) 20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	4日(木) 18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 【二チレクボールなど】	6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
14) ノルディック・ウォーク ～鉄の未来科学館に行こう!～ ※要申込み(10/18まで) ※入館料510円	20日(土)	9:30～11:45	集合時間 9:30 集合場所 吉田稲わら工房	屋外運動靴、タオル、帽子、ドリンク、カッパ(雨天時)、入館料
15) スポーツ吹矢	1日(月) 15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10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、ご了承下さい。