

みんなが
Change!
Challenge!
Enjoy!

みとや スポーツクラブ 5月会報



令和6年度の活動スタート

令和6年度のみとやスポーツクラブの活動がスタートしました。今年度は、123名（4月10日現在）の会員の皆さまとともに教室やイベントを実施していきます。

「チェンジ・チャレンジ・エンジョイ」を合言葉に会員の皆さまの健康づくりのサポートを第一に取り組んでいきたいと思っておりますので、今年度もよろしくお願ひします。

会員募集は随時しております。ご家族、お友達を誘って当クラブで一緒に楽しく体を動かしましょう。

また、今年度より、ご入会前にお一人様1教室につき1回限り無料で教室を体験していただくことができます。皆さまのご参加をお待ちしております。



スポーツ
吹矢



キッズ
サッカー

わくわく教室 連携企画 軽スポーツ教室

軽スポーツ教室は、雲南市文化体育施設利用放課後子ども教室（通称：わくわく教室）と連携して開催しており、誰でも無料で参加できます。

わくわく教室とは、主に土・日及び夏休み等の長期休業を利用し、(株)キラキラ雲南が管理している文化・スポーツ施設で子どもの個性を生かし、生きる力を身に付け、子ども達の生活がより一層充実したものとなるよう体験活動や交流ができる教室を開催しています。

軽スポーツ教室は、子どもから高齢者まで幅広い世代の参加があり、世代間を超えた交流ができる教室となっています。

【お知らせ】

キックボクシング教室の4歳から小学6年生クラスは定員に達したため、募集を締め切らせていただきます。その他の教室については、募集しております。



【キャッチング・ザ・スティック】

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



5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)スポーツバイキング	11日(土) 25日(土)	13:00~14:00	アスパル アリーナ ※5/11 小ホール	室内運動靴、タオル ドリンク
2)キッズサッカー教室	25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	10日(金) 17日(金) 24日(金)	①16:30~17:15 ②17:15~18:15	アスパル 小ホール ※5/24 アリーナ	タオル、ドリンク
4)おたっしやクラブ/健康運動教室 水中運動	17日(金) 31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)おたっしやクラブ/健康運動教室 3B体操	10日(金) 24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	13日(月) 20日(月) 27日(月)	20:00~21:00	アスパル 娯楽音楽室	タオル、ドリンク ※マット貸出有り
6)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
7)ゆる楽エアロビ	10日(金) 17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	2日(木) 16日(木)	10:00~11:30	アスパル 小ホール	室内運動靴、タオル ドリンク
9)卓球教室	11日(土) 18日(土)	19:00~20:30	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
10)スポーツ吹矢	13日(月) 20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	2日(木) 16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

【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	11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 ~明石緑が丘公園散策~	27日(月)	9:30~12:00	集合時間/9:30 集合場所/ 明石緑が丘公園	屋外運動靴、タオル 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? 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