

みんなが
Change!
Challenge!
Enjoy!

みとや スポーツクラブ 11月会報



ギョイコウノスケ

キッズサッカー教室の無料体験会を開催しました!

10月5日(土)のキッズサッカー教室は、加茂中央公園ふれあいの丘で無料体験会を開催しました。

キッズサッカー教室は、雲南ラズリーズスポーツ少年団の指導の下、土曜日に月2回程度、アスパルのアリーナで開催しています。

当日は、秋晴れの空のもと青々とした芝生で思いっきり走り、思いっきりボールを蹴り、サッカーを楽しみました。



島根県スポーツ・レクリエーション祭 スポレク広場 スポーツフェスティバル開催!!

11月24日(日)に「第36回島根県スポーツ・レクリエーション祭 スポレク広場 みとやスポーツクラブ スポーツフェスティバル」を開催します。

詳しくは、別途チラシをご覧ください。

【スポーツフェスティバル】

日にち/11月24日(日)

時間/13:30~15:30

場所/アスパル アリーナ



「夢」発見ウィーク 三刀屋中学生が教室体験

10月2日(水)から4日(金)までの3日間、「夢」発見ウィークがあり、三刀屋中学校の3年生1名がアスパルの仕事を体験しました。

この「夢」発見ウィークは、雲南市で生き生きと働く大人の生き方や価値観に触れることで、「働くとはどういうことか」を探求し、自分自身の生き方について考えるというプログラムです。

その中で、みとやスポーツクラブのリフレッシュヨガや水中運動教室の準備・片付けや受付、教室の体験をしました。

この体験を通して、文化体育施設で働くことについての理解を深め、そこで働く私たちの想いを知ってもらうことができたと思います。

ご協力いただいた皆さま、ありがとうございました。



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



11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	4日(月) 10日(日)	13:00~14:00 10:00~11:00	アスパル アリーナ ※11/10 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	4日(月) 23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	15日(金) 22日(金) 29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
4)おたっしゃクラブ/健康運動教室 水中運動	1日(金) 8日(金) 15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 3B体操	22日(金) 29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	11日(月) 18日(月) 25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
6)リフレッシュヨガ	21日(木) 27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
7)ゆる楽エアロビ	22日(金) 29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	7日(木) 28日(木)	10:00~11:00	アスパル 小ホール ※11/7 娯楽音楽室	室内運動靴、タオル ドリンク
9)卓球教室	9日(土) 23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	11日(月) 25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	21日(木) 28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

【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	23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 ~奥出雲葡萄園散策~	13日(水)	9:30~12:00	集合時間/9:30 集合場所/奥出雲葡萄園	タオル、帽子、ドリンク、 カップ(雨天時)
スポーツフェスティバル※要申込	24日(日)	13:30~15:30	アスパル アリーナ	室内運動靴 ドリンク

●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

みんなが Change!Challenge!Enjoy!

みとやスポーツクラブ 事務局

〒690-2405

鳥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