

みんなが
Change!
Challenge!
Enjoy!

みとや スポーツクラブ 1月会報



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」を開催しました！



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、参加者とスタッフあわせて約60名が参加しました。

このイベントは、年齢や障がいの有無にかかわらず誰もが参加でき、体を動かすことの楽しさを体験することにより、生涯にわたりスポーツに親しみ、健康でいきいきと暮らす助けになることを目的に島根県内で開催され、今年で36回目を迎えます。

当日は、「カローリング」、「PKキック」、「公式輪投げ」、「フリースロー」、「スカットボール」、「ラダーゲッター」、「スポーツ吹矢」の7種目のブース

があり、子どもから大人まで幅広い年代の皆様楽しく体を動かしていただきました。

各種目のブースでは、たくさんの笑顔が見え、明るい笑い声の響く楽しいイベントとなりました。

また、7種目中6種目の軽スポーツを体験してスタンプを集めるとガラポン抽選会ができるスタンプラリーも開催しました。参加者の皆様は、ドキドキしながらガラポンを回し、会場は熱気に包まれました。

雲南市スポーツ推進委員協議会の皆様をはじめ、ご参加、ご協力いただいた皆様、本当に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



1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 | 18日(土) 25日(土) | 13:00~14:00 | アスパル アリーナ ※1/18 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 | 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 | 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) おたっしゃクラブ/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 | 6日(月) 20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 |
| 6) リフレッシュヨーガ | 16日(木) 30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) 24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 | 9日(木) 29日(水) | 10:00~11:00 | 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) 25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 | 6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 | 16日(木) 30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 | 18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 | 冬季(12月~2月)はお休みします | | | |

●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

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