

FCアラララ鹿児島



トータルフットボールの追求

一貫指導による育成型フットボールクラブです。幼児～中学生までが楽しく汗を流しています。参加費等の詳細は下記【問合せ】までお問い合わせください。

- U-6 : (木) 16:00~17:00 (始良市総合運動公園体育館)
- U-9 : (月),(金) 16:30~18:00 (始良公民館)
- U-12 : (月),(金) 17:30~18:30 (始良公民館)
- U-15 : (月),(木),(金) 18:30~20:30 (始良公民館)

【問合せ】080-2692-0013 (FCアラララ鹿児島事務局)

子ども向け短期教室

スポーツで明るく活発に！！

- ◎りとりげんきじゅく (月2回 18回教室)
幼児を対象とした楽しく身体を動かす運動体験活動
- ◎スポーツ元気塾 (月2回 18回教室)
小学生対象の走る・投げるを楽しく体験する交流活動
- ◎コーディネーション運動教室 (12回教室、年3回実施)
小学生対象の運動能力向上を目指す運動活動
- ◎トランポリン教室 (8回教室、年5回実施)
空中動作を楽しみバランス感覚を養う全身運動教室
- ◎カヌー教室 (夏季実施予定)
艇を自由に操り水面を進もう。
- ◎スケート教室 (12月実施予定)
冬だから氷上のスポーツを体験しよう。



暮らしの中にスポーツを！

平成30年度版

いつでも

どこでも



だれでも

いつまでも

スポーツでからだと心を元気にしよう！



会員募集中！

体験・見学 随時受付中

総合型地域スポーツクラブ

NPO法人

始良スポーツクラブ

AIRA SPORTS CLUB since2002

一般・シニア向け短期教室

大人だってスポーツしよう！

- ◎ピラティス (10回教室)
インナーマッスルを鍛え効果的な身体づくりをしよう。
- ◎ヨガ (10回教室)
心と身体をリセットしてリフレッシュ。
- ◎ボディメイクエクササイズ (10回教室)
音楽に合わせて楽しく有酸素運動。
- ◎中高年のらくらく体操 (10回教室)
イスに座ってできる簡単な体操教室です。
- ◎ノルディックウォーキング初心者講習 (1回教室)
2本のポールを利用した簡単な歩行方法です。
- ◎マラソンチャレンジ教室 (6回教室)
走るコツを知り走るをもっと楽しもう。



6人制ソフトバレーボール大会

職場の仲間やご近所さんと楽しもう！

日程	会場
平成30年7月5日(木)	始良市総合運動公園体育館
平成30年12月6日(木)	始良市総合運動公園体育館
平成31年3月7日(木)	始良市総合運動公園体育館

※一般女子の部のみ。傷害保険は各自ご加入ください。
【参加費】1人300円 (大会当日に徴収します)
※始良スポーツクラブ会員は1人100円
【申込】事務局へ「代表者氏名」「連絡先」「参加者名簿」をメールかFAXでご提出ください。(ホームページに申込書書式有り)



※毎月発行の行政誌広報あいら「AIRAview」にて募集案内を掲載、または学校を通じて子ども達に案内チラシを配布いたします。

活動施設電話番号

No	施設名	電話番号	No	施設名	電話番号	No	施設名	電話番号
1	始良市総合運動公園	66-4815	6	松原地区公民館	65-7478	11	蒲生体育館	54-3356
2	始良体育センター	65-2270	7	帖佐地区公民館	65-3155	12	陶夢ランド	62-1000
3	重富地区公民館		8	山田地区公民館	65-2501			
4	始良公民館	66-2044	9	松原上自治公民館	65-5406			
5	脇元地区公民館	65-1648	10	船津公園	66-5996			

活動内容のお問い合わせは
0995-73-8477
始良スポーツクラブまで

総合型地域スポーツクラブ NPO法人 始良スポーツクラブ

〒899-5215 始良市加治木町本町253番地
【Tel】0995-73-8477 【Fax】0995-73-8478
【Mail】asc2002@npo-asc.net 【URL】http://npo-asc.net/
【指定管理施設】
●始良市総合運動公園 Tel:66-4815 Fax:66-3424
●始良体育センター Tel:65-2270 (重富地区公民館)
●蒲生体育館 (球技場・屋内運動場) Tel:54-3356 Fax:54-3357

指導者
ボランティアスタッフ

募集中

あなたの力を地域の
スポーツ活動に活かしてみませんか！
詳しくは事務局まで。

■ 始良スポーツクラブ年会費

会員区分	年会費 (保険料含む)		
	12ヵ月 (4月~3月)	6ヵ月 (10月~3月)	3ヵ月 (1月~3月)
会員 (一人)	4,000円	3,000円	2,000円
ペア会員 (夫婦限定)	7,500円	5,500円	3,500円
ファミリー会員 (同一世帯のみ)	15,000円	11,000円	7,000円

備考

- ・活動に参加するには年会費の他に別途参加費 (月謝など) が必要です。
- ・年会費に含まれる保険は当クラブで活動中のケガのみ補償されます。
- ・参加の注意点や保険の補償内容等は別紙「遵守事項」用紙にてご確認ください。
- ・ペア会員、ファミリー会員は同時入会のみ適用いたします。
- ・障害者手帳をお持ちの方は年会費を500円割引いたします。(手帳のコピーをご提出ください)
- ・いかなる場合も納入した年会費・参加費・月謝の払い戻しはできません。
- ・年会費の有効期限は平成31年3月31日までにあります。
- ・掲載の活動は基本的な活動予定であり、日程・会場等に変更がある場合があります。

入会随時受付!

入会方法

別紙、入会申込書に必要事項をご記入にうえ、年会費を添えて、スポーツクラブ事務局にお申し込みください。手続きは、「始良市総合運動公園」「蒲生体育館」「加治木事務所」で行えます。



始良スポーツクラブ

活動紹介

子ども向け♪

★Jr. 新体操★

総合運動公園 体育館 水曜日
 時間：①16:30~17:20 ②17:30~18:20
 参加費：月2,600円
 定員：各15名 参加対象：幼児~小学2年生



★Jr. 卓球★

松原地区公民館 土曜日 (第2土曜日休み)
 時間：8:30~10:30
 参加対象：小学生
 定員：20名 参加費：年4,000円



★ジュニア・ストリートダンス★

総合運動公園 体育館 多目的室 土曜日
 時間：①初級 14:30~15:30
 ②中級 15:45~16:45
 参加費：月2,100円 参加対象：小学生 定員：各15名



★チアリーディング★

始良市総合運動公園 ①第1・3・4土曜日②日曜日 (第2土曜日翌日)
 時間：①12:00~14:00
 ②10:00~12:00
 参加費：月2,500円 参加対象：小学生 定員：15名



★キッズフットサル★

総合運動公園 体育館 木曜日
 ●キッズフットサルU-9
 時間：18:00~19:00
 参加対象：小学1年生~3年生
 参加費：月1,100円 定員：15名
 ●キッズフットサルU-12
 時間：18:30~20:00
 参加対象：小学4年生~6年生 参加費：月1,600円
 定員：20名



★ハンドボール★

①総合運動公園 体育館 水・土曜日
 ②松原なぎさ小学校 木曜日
 時間：①19:00~21:00 (水曜日)
 ①18:00~20:00 (土曜日)
 ②19:00~21:00
 参加費：年6,000円 参加対象：小学3年生~6年生
 定員：25名



★あいら陸上★

始良ニュータウン中央公園他 日曜日
 時間：8:30~10:00 参加費：年4,000円
 参加対象：小学3年生~6年生
 定員：30名



リズムにのって!

★フォークダンス★

松原地区公民館 第2・4土曜日
 時間：13:30~15:30
 参加費：年2,400円 参加対象：一般
 定員：20名



★社交ダンス★

総合運動公園 体育館 多目的室 土曜日
 時間：17:50~19:00
 参加費：月2,100円 参加対象：一般
 定員：16名



★ヨーガ★

総合運動公園 体育館 多目的室/会議室 ①火曜日②水曜日
 時間：①19:30~21:00
 ②10:30~12:00
 参加費：各月2,100円
 参加対象：一般
 定員：①15名②20名



★フラダンス★

総合運動公園 体育館 多目的室 第1・2・4水曜日
 初級：13:30~15:30
 中級：15:00~16:30
 参加費：月2,400円 参加対象：一般
 定員：各15名



いきいき健康!

★中・高齢者健康体操★

帖佐地区公民館 火曜日
 時間：9:30~11:00
 参加費：1回100円
 定員：30名



★いきいき始良元気体操★

①山田地区公民館 ①第2・4金曜日
 ②松原上自治公民館 ②第1・3月曜日
 ③脇元地区公民館 ③第3・4木曜日
 ④木津志集会場 ④第1・3水曜日
 時間：①9:30~10:30
 ②③④10:00~11:00
 参加費：1回500円 参加対象：一般
 定員：各20名



参加者募集中

- ・参加するには始良スポーツクラブへ入会が必要です。
- ・会員になりますと、自分の体力・年齢に合わせてどれでも参加できます。
- ・都合により時間変更・休みになる場合があります。
- ・参加の際は水分補給を忘れずに、体調不良の場合は無理をしないでください。
- ・月謝は口座引落としになります。

みんなで楽しく!

★硬式テニス★

総合運動公園 テニス場 ①水曜日 ②金曜日
 時間：①19:30~21:30 ②10:00~12:00
 参加費：①月4,100円 ②月3,100円
 参加対象：①小学生以上 ②一般
 定員：各15名



★フットサル★

総合運動公園 体育館 木曜日
 時間：20:00~22:00
 参加費：1回100円 (非会員：1回300円)
 参加対象：一般 定員：20名



★バドミントン教室★

総合運動公園 体育館 木曜日
 時間：20:00~22:00
 参加費：月2,100円 参加対象：一般
 定員：15名



★スポーツ吹矢★

重富地区公民館 ①第1・3金曜日②第2・4木曜日
 時間：①18:30~20:00
 ②9:30~11:00
 参加費：各月500円 参加対象：一般
 定員：各15名



★シニアソフトボール★

総合運動公園 他 木・日曜日
 時間：8:30~12:00
 参加費：年7,000円 参加対象：一般
 定員：20名



★おやこフットサル★

総合運動公園 体育館 毎月第4火曜日※12月は第3週
 時間：18:30~20:00
 参加費：1組1回500円
 参加対象：小学生の親子
 定員：10組



加治木・蒲生地区でも…♪

★室内パタンク★

加治木体育館 第4木曜日
 時間：10:00~11:30
 参加費：年会費のみ 参加対象：一般
 定員：20名



★武術太極拳★

①松原上自治公民館 第1・3土曜日
 ②陶夢ランド 第1・3水曜日
 時間：14:00~16:00
 参加費：各年3,000円 参加対象：一般
 定員：各20名



★健康体操教室★

加治木体育館 第1月曜日
 時間：13:30~15:00
 参加費：年会費のみ 参加対象：一般
 定員：20名



★ラージボール卓球★

①蒲生体育館 ①水曜日
 ②加治木体育館 ②第1・3木曜日/第2・4月曜日
 時間：①10:00~11:45 ②13:30~15:30
 参加費：①1回100円
 参加対象：一般 定員：各20名

