

短期教室・講習会・その他活動

- ◎リトルげんきじゅく (月2回計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回計18回教室)
小学生を対象とした、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回実施予定)
小学生を対象とした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回実施予定)
空中でのバランス感覚を養う全身運動。
- ◎カヌー教室 (夏季実施予定)
艇を自由に操り水面を進もう。
- ◎スケート体験教室 (12月実施予定)
冬季にしかできない氷上のスポーツを体験しよう。
- ◎卓球教室 (8回教室・年2回実施予定)
一般を対象とした技術向上を目指した教室。初心者の参加も大歓迎。
- ◎ノルディックウォーキング初心者講習
ポールを使っての歩行なので上半身の運動にも繋がり膝への負担も軽減されます。
- ◎熱中症予防講習会
運動時の水分補給の重要性、もしもの時の対処法を学びます。



平成29年度6人制ソフトバレーボール大会日程

職場の仲間やご近所さんとお気軽にご参加ください。

日程	会場
平成29年7月6日(木)	始良市総合運動公園体育館
平成29年12月7日(木)	始良市総合運動公園体育館
平成30年3月8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。
【申込方法】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)

【参加費】1人300円
※始良スポーツクラブ会員1人100円
※大会当日に徴収します。



★ノルディックウォーキング初心者講習会



※毎月発行の行政誌「広報あいら [アイラビュー]」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。

【始良スポーツクラブは子ども達のスポーツ活動を応援しています。】

団体名	活動日程	備考
帖佐野球スポーツ少年団	火・水・木/17:00~19:00 帖佐小学校校庭 土・日/練習試合・公式戦あり	「野球をやろう!」初心者大歓迎です。まずは、見学からでも参加ください。みんなで野球を楽しみましょう! 【問合せ先】090-1514-2912(育成会長:加茂)
重富少年野球クラブ	月・水・木/17:00~19:00 重富小学校グラウンド 土・日/練習試合・公式戦あり	「野球好きな子どもたち!一緒に野球を楽しもうぜ!」大切なのは、腹いっぱい野球を楽しむこと。仲間たち重富小学校グラウンドが君たちを待っている! 【問合せ先】090-4995-1178(育成会長:城下)
建昌野球スポーツ少年団	火・水・木/17:00~19:00 始良公民館広場 土・日/練習試合・公式戦あり	投げて、打って、走って、泥んこになりながら一緒に『白球』を追いかけませんか?野球だけでなく、あいさつ・礼儀にも全力投球。みんなと野球ができることを楽しみにしています。 【問合せ先】090-3325-3591(育成会長:米丸)
FCアララ鹿児島	U-6 /15:00~16:00(月曜コース・木曜コース有) U-9 月・金/16:30~18:00 U-12 月・金/17:30~18:30 U-15 月・木・金/18:30~20:30	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。参加費等の詳細はお問合わせください。 【問合せ先】080-2692-0013(FCアララ事務局)

■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	66-2044	8	山田地区公民館	65-2501	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		
4	始良公民館	65-1648	9	松原上自治公民館	65-5406			
5	脇元地区公民館	66-5996	10	船津公園	66-5996			

暮らしの中にスポーツを!



スポーツでからだを元気にしよう!



総合型地域スポーツクラブ

NPO法人

始良スポーツクラブ

会員募集中!

体験・見学 随時受付中

AIRA SPORTS CLUB since2002

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30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：9:00~11:00
 参加対象：小学生
 定員：20名 参加費：年4,000円



★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



★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



★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



★あいら陸上★

始良市総合運動公園 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1・3・5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：9:30~10:50
 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木津志集会所 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



★グラウンドゴルフ★

総合運動公園 水・金曜日
 時間：9:00~12:00
 参加費：年1,000円 参加対象：一般
 定員：60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：①19:00~20:30
 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：9:00~12:00
 参加費：年7,000円 参加対象：一般
 定員：20名



★4人制ソフトバレーボール★

総合運動公園 体育館 金曜日
 時間：13:00~15:00
 参加費：年2,400円 (非会員：1回300円)
 参加対象：一般
 定員：20名



★ターゲットバードゴルフ★

始良公民館広場 月・水・土曜日
 時間：8:30~12:00
 参加費：年1,200円 参加対象：一般
 定員：25名



★ウォーキングサークル★

市内各地域 月曜日
 時間：①8:30~10:00 (4~11月)
 ②9:00~10:30 (12~3月)
 参加費：年1,000円 参加対象：一般
 定員：40名



★卓球★

始良体育センター
 日時：日曜日9:00~11:00
 参加費：年2,400円 参加対象：全般
 定員：40名
 ①脇元地区公民館
 ②松原地区公民館
 ③帖佐地区公民館
 日時：①火曜日13:30~15:30
 ②木曜日13:30~15:30
 ③金曜日9:00~11:00
 参加費：1回100円 参加対象：一般
 定員：各25名



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鶴巻ランド 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始良体育センター ①日曜日
 ②蒲生体育館 ②水曜日
 ③加治木体育館 ③第1・3木曜日/第2・4月曜日
 時間：①13:00~15:00 ②10:00~11:45 ③13:30~15:30
 参加費：①年1,500円 ②③1回100円
 参加対象：一般 定員：各20名

