

NPO法人始良スポーツクラブ活動予定表 2019年 3月

※都合により活動時間・場所が変更になる場合があります。

会 場	活 動 名	活動時間	参加対象	参加費	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			
					金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日			
総合運動公園 体育館	バドミントン教室	20:00~22:00	一般	月2,100円							○						○							○														
	Jr.新体操	①16:30~17:20	幼児~ 小学2年	月2,600円						○							○							×														
		②17:30~18:20							○						○										×													
	キッズフットサル	18:00~19:00	U-9	月1,100円							○							○							×													
		18:30~20:00	U-12	月1,600円							○							○							×													
	フットサル	20:00~22:00	一般	1回 100円							○							○							×													
	親子フットサル	18:30~20:00	小学生親子	1回 500円																																		
Jr.ハンドボール	水19:00~21:00	小学生	年6,000円						○								○							○														
	土18:00~20:00				○									×					○									○										
4人制ソフト バレーボール	13:00~15:00	一般	年2,400円	○								体セ						○								○												
総合運動公園 多目的室	シ ュ ニ ア ストリートダンス	①14:30~15:30	小学生	月2,100円		○							×						○								○											
		②15:45~16:45				○									×						○								○									
	シ ュ ニ ア チャリティーダンス	土12:00~14:00	小学生	月3,000円		○										○											○											
		日10:00~12:00	中学生											○														○										
	フ ラ ダ ン ス	初級13:15~14:45	一般	月2,400円						○								○							×													
中級15:00~16:30							○											○							×													
社 交 ダ ン ス	17:50~19:00	一般	月2,100円		○								○														○											
ヨ ー ガ 教 室	水10:30~12:00	一般	月2,100円						○								○							○														
総合運動公園 ヨ ー ガ 教 室	火19:30~21:00	一般	月2,100円					○								○	←アリーナA						○															
総合運動公園	グラウンドゴルフ	9:00~12:00	一般	年1,000円	陸上					陸上		陸上					陸上		陸上					陸上		陸上												
	陸上競技 サニク	8:30~10:00	小3~小6	年4,000円																																		
総合運動公園 テニスコート	テニスサークル	金10:00~12:00	一般	月3,100円	○							○							○							○												
		水19:30~21:30	小学生以上	月4,100円						○														○														
総合運動公園 他 蒲生球技場	シ ニ ア ソフトボール	9:00~12:00	一般	年7,000円								船津					陸上							×														
		9:00~12:00																																				
蒲生体育館	フライングディスク	月13:00~15:00	一般	年会費のみ				○							×								○															
		木13:00~14:00									○															×												
体育センター	卓 球	日 9:00~11:00	全般	年2,400円			○							○																								



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
 URL : http://npo-asc.net FAX : 0995-73-8478
 Mail : asc2002@npo-asc.net

2019年度会員入会受付中！更新手続きがお済でない方はお早めに！

※会員になりますと、ご自分の体力・年齢に合わせてどれでも参加できます。
 ※入会申込み手続きは総合運動公園体育館・蒲生体育館・加治木事務所でお申し込みください。(年会費はつり銭のないようにご準備ください)
 ※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ようにしましょう。

NPO法人始良スポーツクラブ活動予定表 2019年 3月

※都合により活動時間・場所が変更になる場合があります。

会 場	活 動 名	活動時間	参加対象	参加費	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
					金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
始良公民館広場	FC アラアラ	16:30~18:30	U-12	別途年会費 月会費あり	○			○			○			○				蒲生			○			○			○								
		18:30~20:30	U-15		○			○			○			○				○	蒲生			○			×	○			○						
松原地区公民館	ターゲットバード コート	8:30~12:00	一般	年1,200円		×		×		○			×		○		陸			○			○			×		○					○		
		Jr.卓球	第1・3・4土 8:30~10:30	小・中学生	年4,000円		○							×							○							○						×	
松原地区公民館	フォークダンス	第2・4土 13:30~15:30	一般	年2,400円									○														○								
		卓球サークル	13:30~15:30	一般	(1回) 100円					○							○									×					○				
脇元地区公民館		9:00~11:00			○							○													×								○		
帖佐地区公民館	中・高 齢者 健康 体操	9:30~10:50	一般	1回100円					○						○								×						○						
重富地区公民館	スポーツ吹矢	木 9:30~11:00 金 19:00~20:30	全般	各500円													○															○			
山田地区公民館		9:30~10:30										○															○								
松原上自治公民館	いきいき始良 元気体操	10:00~11:00	一般	1回 500円				○															○												
木津志集 センター										○																									
脇元地区公民館																	○															○			
松原上自治公民館	武術太極拳	土14:00~16:00	一般	年3,000円																○														○	
陶夢ランド 多目的ホール		水14:00~16:00	一般	年3,000円						○														○											
加治木体育館	ラッシュボール卓球	13:30~15:30	一般	年会費のみ							○				○			○											○						
	健康体操	13:30~15:00	一般	年会費のみ				○																											
加治木校区 龍門運動公園	室内バタック	10:00~11:30	一般	年会費のみ																													○		
	ウォーキング サークル	9:00~10:30	一般	年1,000円				○							○								○						○						

遵守事項

- 1) スポーツや運動には様々な危険が発生する可能性があることをご理解ください。
- 2) 参加については、スタッフ・施設職員の指示にしたがってください。
- 3) 参加の際は会場にある出欠簿に必ず○印をつけてください。
- 4) 運動器具の取り扱いはケガのないよう安全に取り扱ってください。
- 5) 準備・整理運動は十分に行い、水分(スポーツ飲料を推奨)を補給し熱中症の予防を心がけてください。
- 6) 活動中にケガをした場合は速やかに事務局にご連絡ください。
- 7) スタッフや参加者に迷惑になる行為(暴言・暴力他)がある場合は退会処分といたします。
- 8) 活動写真等をホームページや広報誌等の広報活動に使用することがあります。

月謝の支払い
について

- ・毎月25日に翌月分の月謝が引き落とされます。
- ・15日までのご連絡で翌月分の引き落としを止められます。(支払い済みの月謝の返金はできません。)

【3月のイベント予定】

詳しくはお問い合わせください

日程	イベント名	会場	時間	備考
3月2日(土)	スポーツ元気塾最終回	建昌小学校	9時~11時	
3月5日(火)	ピラティス短期教室Ⅳ期	総合運動公園	14時~15時半	12日 体験会26日
3月6日(水)	ヨーガ短期教室Ⅳ期	始良公民館	19時半~21時	13・20・27日
3月6日(水)	ボディメイクエクササイズ教室Ⅳ期	始良公民館	20時~21時	13・20・27日
3月6日(水)	卓球教室Ⅱ期	帖佐地区公民館	13時半~15時30分	13・20・27日(最終回)
3月6日(水)	トランポリン教室Ⅴ期	総合運動公園	17時半~18時半	.13日
3月6日(水)	コオーディネーション運動教室Ⅱ期	総合運動公園	18時15分~19時45分	.13日
3月7日(木)	中高年らしく体操短期教室Ⅳ期	始良公民館	9時~11時	.14日
3月7日(木)	朝活ヨガⅣ期	総合運動公園	8時45分~10時	.15日
3月7日(木)	6人制ソフトバレーボール大会	総合運動公園	受付8時30分~ 試合9時~	
3月14日(木)	にこにこ健康体操教室体験会	加治木体育館	10時~11時半	
3月16日(土)	ノルディックウォーキング初心者講習会	くすの湯	10時30分~12時	



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
 URL: http://npo-asc.net FAX: 0995-73-8478
 Mail: asc2002@npo-asc.net

2019年度会員入会受付中! 更新手続きがお済でない方はお早めに!

※会員になりますと、ご自分の体力・年齢に合わせてどれでも参加できます。
 ※入会申込み手続きは総合運動公園体育館・蒲生体育館・加治木事務所でお申し込みください。(年会費はつり銭のないようにご準備ください)
 ※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ようにしましょう。