

NPO法人始良スポーツクラブ活動予定表 2021年 4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	
					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	月	火	水	木	金	
総合運動公園 体育館	Jr. 新 体 操	①16:30~17:20	幼児~ 小学2年	月2,600円							○						○						○									○			
		②17:30~18:20									○							○						○								○			
	Jr. ハンドボール	水19:00~22:00	小学生	年6,000円							○							○						○									○		
		土18:00~22:00					×							○							×							×							
4人制ソフト バレーボール	卓 球 サ ー ク ル	13:00~15:00	一般	年2,400円		○							○					○								体セ							○		
		火13:30~15:30	一般	1回 100円						×							○							○								○			
		木13:30~15:30				○				○							○										×							×	
	金9:00~11:00				○								○													×							○		
総合運動公園 多目的室	シ ュ ニ ア チアリーダー	土12:00~14:00	小学生	月3,000円			○																					○							
		日10:00~12:00	中学生												○																				
	社 交 ダ ン ス	一般	月2,100円			○								○													○								
	ピ ラ ティ ス	一般	月3,000円						○								○							○							○				
総合運動公園 会館室	ヨ ー ガ 教 室	水10:30~12:00	一般	月2,100円						○							○						○								○				
		火19:30~21:00	一般	月2,100円						○							多目							○							○				
総合運動公園	グラウンドゴルフ	9:00~12:00	一般	年2,000円		陸上					陸上		陸上				陸上		陸上					人工芝G		陸上					人工芝G		人工芝G		
	キッズラントレーニング	18:00~19:00	小1~4年	月2,200円	○						○							○						○			←雨天不可						×		
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		○							○													○		←雨天不可					○		
		水19:30~21:30	小学生以上	月4,100円							○							○						○								○			
総合運動公園 野球場 他・会場 蒲生球技場	シ ニ ア ソ フ ト ボ ー ル	木9:00~12:00	一般	年7,000円	屋内						屋内						屋内								屋内								蒲生		
		日9:00~12:00	一般					屋内						高岡														スポレク							
蒲生体育館	フライングディスク	月13:00~14:30	一般	年会費のみ					○						○								○								○				
		木14:00~15:00									○																×								×
体育センター	キッズフットサル	17:30~18:30	小1・2年	月2,200円						○							○						○								○				
		18:00~19:15	小3以上	月2,200円						○								○						○							○				
	親子フットサル	親子	1回300円 1回500円 (ピジター)																				○												
	卓 球	全般	年2,400円			○								○														×							



NPO法人 始良スポーツクラブ

2021年度会員入会受付中!

〒899-5215始良市加治木町本町253番地 TEL: 0995-73-8477

※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。

URL: <http://npo-asc.net>

FAX: 0995-73-8478

※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)

Mail: asc2002@outlook.cc ※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 2021年 4月

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
					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	月	火	水	木	金
始良公民館広場	FC アララ	17:00~18:30	U-12	別途年会費 月会費あり		○			○				○			○			○			○			○			○						○
		18:30~20:30	U-15			○			○			○			○			○			○			○			○			○			×	○
	ターゲットバード ゴルフ	8:30~12:00	一般	年1,200円			○		○				○			○			○			○			○			○			○			
松原地区公民館	Jr.卓球	第1・3・4土 8:30~10:30	小・中学生	年4,000円										×							○						○							
	フォークダンス	第2・4土 13:30~15:30	一般	年2,400円										○													○							
帖佐地区公民館	中・高 高齢者 健康体操	9:30~10:50	一般	1回100円						○							○							○							○			
重富地区公民館	ウェルネススポーツ吹矢	木 9:30~11:00	全般	各500円								○													○									
		金 19:00~20:30				○																					○							
山田地区公民館	いきいき始良 元気体操	9:30~10:30	一般	1回 500円									○												○									
松原上自治公民館		10:00~11:00									○															○								
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	ラジボール卓球	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					○																									
	パタンク	10:00~11:30	一般	年会費のみ									○												○									
	ここにこ健康体操	10:00~11:30	一般	1回200円									○												○									
始良校区 始良公民館	ウォーキング サークル	8:30~10:00	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。 ※来館時はマスク着用など新型コロナウイルス感染症対策をしっかりと行ってください。										【4月のイベント予定】																							
	日程		イベント名		会場		時間		備考																									
	4月2日(金)		貯筋運動教室		加治木体育館		13時半~15時		16日																									
	4月6日(火)		ピラティス短期教室Ⅱ期		総合運動公園		12時~13時半		13・20・27日																									
	4月6日(火)		はつらつ健康体操		重富地区公民館		10時~11時半		20・27日																									
	4月7日(水)		ヨガ短期教室Ⅱ期		始良公民館		19時半~21時		14・21・28日																									
	4月7日(水)		JUSTダンスエクササイズ短期教室Ⅱ期		始良公民館		20時~21時		14・21/28日																									
	4月8日(木)		中高年からくらく体操短期教室Ⅱ期		始良公民館		9時半~11時		15・22日																									
4月14日(水)		トランポリン教室Ⅰ期 初回		総合運動公園		17時半~18時半		21・28日																										
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)																																



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@outlook.com

2021年度会員入会受付中!

※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!体調不良の場合は無理をしないようにしましょう。