

NPO法人始良スポーツクラブ活動予定表 2020年 9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	
					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	月	火	水	
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		蒲生							○							○						○								○	
		②17:30~18:20					蒲生							○							○						○							○	
	親子フットサル	18:30~20:00	親子	1回300円 1回500円 (ピクチャー)												体セ																			
	Jr. ハンドボール	水19:00~21:00 土18:00~20:00	小学生	年6,000円										○							○						○								○
総合運動公園 多目的室	シ ュ ニ ア チ ア リ ー デ ィ ン グ	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	17:50~19:00	一般	月2,100円					○							○								○											○
	ピ ラ テ ィ ス	14:00~15:30	一般	月3,000円	○								○								○						×								○
ヨ ー ガ 教 室	水10:30~12:00	一般	月2,100円		○								○								○						○								×
総合運動公園 会議室	ヨ ー ガ 教 室	火19:30~21:00	一般	月2,100円	○								○								○					×									○
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	
	キッズラントレーニング	18:00~19:00	小1・2年	月2,200円			○							○							○								○						
		19:00~20:00	小3	月2,200円			○								○							○							○						
陸上競技サークル	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					○ ←雨天不可						○						○														○
		水19:30~21:30	小学生以上	月4,100円		○ ←雨天不可									○						○							○							
総合運動公園 野球場 他・会場 蒲生球技場	シ ュ ニ ア ソ フ ト ボ ー ル	木9:00~12:00 日9:00~12:00	一般	年7,000円			屋内							蒲生							蒲生							蒲生							
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						×							○							○							○						
	ラージボール卓球	10:00~12:00	一般	1回 100円		○							○								○							○							○
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	○									○								○						×							○
	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  
URL : <http://npo-asc.net>

TEL : 0995-73-8477  
FAX : 0995-73-8478  
Mail : asc-2002@outlook.com

2020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!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 2020年 9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		
					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	月	火	水		
始良公民館広場	FC アラ - ラ	16:30~18:30	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	8:30~12:00	一般	年1,200円		○			○		×		×		○	○			○	○	○			○		×		○		×		○		○		
松原地区公民館	J r . 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											○															○						
松原地区公民館	卓 球 サ ー ク ル	13:30~15:30	一般	(1回) 100円																																
脇元地区公民館																																				
帖佐地区公民館					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	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	陶夢ランド 多目的ホール	土14:00~16:00	一般	年3,000円					○														○													
		水14:00~16:00	一般	年3,000円		○																○														
加治木体育館	ラ - シ 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 じ こ 健 康 体 操	10:00~11:30	一般	1回200円											○													○								
重富校区 重富海水浴場	ウ 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

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。)

【9月のイベント予定】

日程	イベント名	会場	時間	備考
9月1日 (火)	はつらつ健康体操	重富地区公民館	10時~11時半	15日
9月1日 (火)	ピラティス短期教室Ⅱ期 初回	総合運動公園	12時~13時半	8・15・29日
9月2日 (水)	コーディネーション運動教室Ⅰ期 最終回	始良体育センター	18時15分~19時45分	23日(Ⅱ期体験会)
9月3日 (木)	中高年らくらく体操短期教室Ⅱ期 体験会	始良・帖佐地区公民館	9時半~11時	17(Ⅱ期初回)24日
9月4日 (金)	貯筋運動教室	加治木体育館	13時半~15時	18日
9月5日 (土)	スポーツ元気塾 初回	建昌小	9時~11時	19日(始良小)
9月9日 (水)	りとるげんきじゅく	始良体育センター	17時~18時	23日
9月9日 (水)	ヨガ短期教室Ⅱ期 初回	始良公民館	19時半~21時	16・23・30日
9月9日 (水)	JUSTダンスエクササイズ短期教室Ⅱ期 初回	始良公民館	20時~21時	16・23・30日



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 : asc-2002@outlook.com

2020年度会員入会受付中!

※会員になりますと、ご自分の体力・年齢に合わせてください。ご参加できます。  
 ※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!体調不良の場合は無理をしないようにしましょう。