

NPO法人始良スポーツクラブ活動予定表 2021年 1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	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19:00~21:00	小学生	年6,000円							○							○							○												
		土18:00~20:00			年											○														×							
	4人制ソフト パレ-ボール	13:00~15:00	一般	年2,400円 1回300円 (ピッチャー)								○							○						○											○	
総合運動公園 多目的室	シ ュ ニ ア チ ア リ ー テ 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	始									○																						○	
	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	休					陸上	陸上					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1~3年	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								○							○						○											○	
		水19:30~21:30	小学生以上	月4,100円	業						○														○											○	
総合運動公園 野球場	シ ニ ア ソ フ ト ボ ー ル	木9:00~12:00	一般	年7,000円																																	
他・会場 蒲生球技場		日9:00~12:00																																			
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			日								○														○										
	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					○																○											○	
	親子フットサル	18:30~20:00	親子	1回300円 1回500円 (ピッチャー)																																○	
	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

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

TEL : 0995-73-8477

FAX : 0995-73-8478

Mail : asc-2002@outlook.com

令和3年度会員入会準備中！

※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 1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	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 アラール	16:30~18:30	U-12	別途年会費 月会費あり				○				○			×				○						○													
		18:30~20:30	U-15			年		○			○				×			○	○							○												
	ターゲットボード ゴルフ	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		始														○																		
松原地区公民館 脇元地区公民館 帖佐地区公民館	卓 球 サ ー ク ル	13:30~15:30 9:00~11:00	一般	(1回) 100円	令和3年3月まで活動休止																																	
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		休												○																				
		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 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 ー ジ ポ 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																			○															
	ペ タ ン ク	10:00~11:30	一般	年会費のみ		日																		○														
船津校区 船津公園	ウ ォ ー キ ン グ サ ー ク ル	10:00~11:30	一般	1回200円													○																					
		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。 ※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				【1月のイベント予定】																																	
					日程	イベント名														会場	時間				備考													
					1月5日 (火)	はつらつ健康体操														重富地区公民館	10時~11時半				19・26日													
					1月5日 (火)	ピラティス短期教室Ⅲ期														総合運動公園	12時~13時半				12・19・26日													
					1月6日 (水)	トランポリン教室Ⅱ期														総合運動公園	17時半~18時半				13・20・27日													
					1月6日 (水)	ヨーガ短期教室Ⅲ期														始良公民館	19時半~21時				13・20・27日													
					1月6日 (水)	JUSTダンスエクササイズ短期教室Ⅲ期														始良公民館	20時~21時				13・20・27日													
					1月7日 (木)	中高年からくらく体操短期教室Ⅲ期														始良公民館	9時半~11時				14・21 (帖佐公民館) /28日													
					1月9日 (土)	AREKIランニング〜														総合運動公園	9時~11時				23日 (霧島地区)													
					1月13日 (水)	りとるげんきじゅく														始良体育センター	17時~18時				27日													
				1月13日 (水)	コーディネーション運動教室Ⅲ期														始良体育センター	18時15分~19時45分				20・27日														
				1月15日 (金)	貯筋運動教室														加治木体育館	13時半~15時				29日														
				1月16日 (土)	スポーツ元気塾														三船小	9時~11時				30日 (建昌小)														
月謝の支払い について	・毎月25日に翌月の月謝が引き落とされます。 ・15日までのご連絡で翌月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 : asc-2002@outlook.com

令和3年度会員入会準備中!

※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に!体調不良の場合は無理をしないようにしましょう。