

NPO法人始良スポーツクラブ活動予定表 2021年 5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	
					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	月	
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					X							O							O													
		②17:30~18:20							X								O							O												
	Jr. ハンドボール	水19:00~22:00	小学生	年6,000円					X								O							O												
		土18:00~22:00																			X						O	←19:00~								O
	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 1回300円 (ピクチャー)							O						O						O												
火13:30~15:30			一般	1回 100円				X									O						O													
木13:30~15:30																																				
	金9:00~11:00									O							O							O												O
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	X														O						O										O	
		日10:00~12:00	中学生																																	
	社 交 ダ ン ス	一般	月2,100円	O															O						O									O		
	ピ ラ ティ ス	一般	月3,000円				X									O							O													
ヨ ー ガ 教 室	一般	月2,100円					X								O								O													
総合運動公園 会議室	ヨ ー ガ 教 室	一般	月2,100円				X								O								多目													
総合運動公園 人工芝グラウンド・陸上競技場	グラウンドゴルフ	一般	年2,000円					X		X						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	小1~4年	月2,200円						O								O							O												O
	陸上競技サークル	小3~6年	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							O	←アリーナA					O							O											O	
		水19:30~21:30	小学生以上	月4,100円					X								O							O											O	
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						蒲生							屋内							屋内											屋内	
		日9:00~12:00											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			X							O																					O	
		木14:00~15:00																																		
	ラージボール卓球	一般	1回 100円					X								O								O											O	
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				X							O								O													
		18:00~19:15	小3以上	月2,200円				X								O								O												
	親子フットサル	親子	1回300円 1回500円 (ピクチャー)																					O												
	卓 球	全般	年2,400円		O																						O								O	



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)

Mail: asc-2002@outlook.com

※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 5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			
					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	月			
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			X			O				O			O			O			O			O			O			O			O			
		18:30~20:30	U-15				X			O	O				O			O			O			X	O			O			O			O			O	
松原地区公民館	ターゲッ トバド ゴ	8:30~12:00	一般	年1,200円	O					O		O		O		O		O	11時迄		O	O					O	O							O			
					J r . 卓 球	第1・3・4 土 8:30~10:30	小・中学生	年4,000円	O						X							O						X								O		
松原地区公民館	フオー クダ ンス	第2・4土 13:30~15:30	一般	年2,400円							O														O													
					中・高 齢者 健 康 体 操	9:30~10:50	一般	1回100円				X						O								O					O							
重富地区公民館	ウェル ネス スポ ーツ 吹矢	木 9:30~11:00 金 19:00~20:30	全般	各500円												O																	O					
					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											O																O		
松原上自治公民館	武 術 太 極 拳	土14:00~16:00 水14:00~16:00	一般	年3,000円	O															O																		
					陶夢ランド 多目的ホール	ラ ー ジ ポ ー ル 卓 球	13:30~15:30	一般	年会費のみ																O													O
加治木体育館	健 康 体 操	13:30~15:00	一般	年会費のみ										O																								
					パ タ ン ク	10:00~11:30	一般	年会費のみ																														
					に こ に こ 健 康 体 操	10:00~11:30	一般	1回200円																														
重富校区 なぎさ公園	ウ ォ ー キ ン グ ル	8:30~10:00	一般	年1,000円			O							O													O									O		
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〇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。				【5月のイベント予定】																																	
					日程	イベント名	会場	時間	備考																													
					5月6日 (木)	中高年らくらく体操短期教室Ⅰ期	始良公民館	9時半~11時	13・20・27日																													
					5月7日 (金)	貯筋運動教室	加治木体育館	13時半~15時	21日																													
					5月8日 (土)	ランニングウ〜	総合運動公園	9時~11時	22日																													
					5月12日 (水)	ピラティス短期教室Ⅰ期	総合運動公園	12時~13時半	18・25日																													
					5月12日 (水)	りとるげんきじゅくⅠ期体験会	始良体育センター	17時~18時	初回26日																													
					5月12日 (水)	コーディネーション運動教室Ⅰ期体験会	始良体育センター	18時15分~19時15分	初回26日 (18時15分~19時45分)																													
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)				5月12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	19・26日																													
					5月12日 (水)	ヨーガ短期教室Ⅰ期	始良公民館	19時半~21時	19・26日																													
					5月12日 (水)	JUSTダンスエクササイズ短期教室Ⅰ期	始良公民館	20時~21時	19・26日																													
					5月18日 (火)	はつらつ健康体操	重富地区公民館	10時~11時半	25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

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。