



後期スポーツ教室&イベント参加者募集

入会案内 この地域活動をご一緒にしていただくには、まずはご入会を!

会員特典

- 各スポーツ教室、各スポーツ体験広場に参加できます。
- 教室修了証が発行されます。
- 年間参加奨励賞の進呈。(年間合計ポイント獲得者上位30人に進呈)
- 特別イベントに参加できます。(実費徴収の場合あり)
- スポーツ観戦、体験、観劇、県内外へのウォーキングなどを開催します。

会費の種類

区分	個人会員(小学生以上)	ファミリー会員(同居家族)
年間	2,000円	3,000円
後期(10月入会)	1,200円	1,800円
※特別会員(活動支援者)	個人/1口 5,000円	法人/1口 5,000円

市内在住・在勤・在学・在サークルの方

※会員登録と同時に希望種目(複数可)をお申し込み下さい。
※元気ッス!キッズ運動教室は市委託ですので会員登録は任意です。
※スポーツ保険の加入をお勧めします。全種目共有となります。
(但し任意加入)
※参加者8人に満たない場合は開講致しません。

スポーツ保険

加入対象者	子ども(中学生以下)	大人(高校生以上)	大人(65歳以上)
年間掛金	600円	1,600円	800円

※活動中のケガや事故についての応急処置は致しますが、その後の責任は負いませんのでご了承ください。

**さくら卓球道場
30周年記念イベント**

マンチエスタ世界大会W3位
松下浩二氏 (午後見学OK)
日本実業団リーグ選手
山田善弘選手 (午前参加OK)
碧南東中・さくら卓球道場出身
【日時】11月5日(土)
【場所】臨海体育館2Fアリーナ
日本・愛ちゃんの監督
近藤欽司氏講演会
【日時】11月26日(土)午後5時
【場所】衣浦グランドホテル
教室参加者優先!

一斉申込み日

8/28日
午前10時~午後8時

場所

臨海体育館会議室
定員に満たない場合は引き続き、
クラブ事務局で受付致します。

それぞれにフィットするスポーツ環境を!!

No	教室名	対象者・会場	回数	開催日	定員	参加料	活動内容
①	卓球	(小学生以上) 臨海体育館アリーナA面	12	日曜日 18:30~20:30 10/2・16・23・30 11/6・20・27 12/11・25 2/5・12・26	50	2,400円	初心者、経験者、それぞれのレベルアップ練習メニュー。
②	NEW ファミリーレク サッカー	ハンディキャップフレンド(小・中・高) と家族(保護者・兄弟姉妹) 臨海体育館アリーナB面	6	日曜日 18:30~20:30 10/2・16・23・30 11/6・20	10 家族	1,200円	ファミリーでレクサッカーをやってみませんか?初心者の方、大歓迎です。ボールを蹴る楽しさを味わってみましょう。
③	ポール・ウォーキング	(中学生以上) 臨海公園	12	隔週日曜日 8:00~9:30 10/2・16 11/6・20 12/4・18 1/8・22 2/5・19 3/4・18	30	2,400円	二本のポールを使って歩きます。全身運動になり、エネルギー消費アップ。
④	バレーボール	(小学3~6年生) 大浜小学校体育館 南部市民プラザ(11/6・27)	15	毎週日曜日 9:00~11:00 10/2・9・16・23・30 11/6・13・20・27 12/4・11・18・25 1/15・22	—	3,000円	基本を学びゲームにチャレンジ! 色々な技を身につけてバレーを楽しみましょう。 教室終了後クラブ活動。
⑤	スーパーキッズ運動 (4年生 参加OK!)	(小学4・5・6年生) 棚尾小学校体育館	12	隔週月曜日 19:00~21:00 10/10・24 11/7・21 12/5・19 1/9・23 2/6・20 3/5・19	30	2,400円	スポーツ選手を目指す子の基礎体力作りと、パワーアップを目指します。動きの巧みさを身につけるのにもっとも適している時期(ゴールデン・エイジ)に適した運動です。
⑥	チェアエクササイズ	(18歳以上) 大浜まちかどサロン2F	12	隔週火曜日 10:00~12:00 10/4・18 11/1・15 12/6・20 1/17・31 2/7・21 3/6・20	20	2,400円	椅子を利用して全身運動をします。 心も身体もしなやかになります。
⑦	インディアカ	(中学生以上) 南部市民プラザアリーナ	12	火曜日 19:00~21:00 10/4・18・25 11/1・18・22 1/17・24・31 2/7・14・21	30	2,400円	羽根のついたボールを直接手で打ち合うスポーツです。 1チーム4人、ネットを挟んで対戦。初心者でも容易に、パス・スト・アタックができ爽快感抜群です。 目指せ全国大会!
⑧	スロージョギング	(中学生以上) 臨海公園	12	隔週水曜日 6:00~7:00 10/5・19 11/2・16 12/7・21 1/4・18 2/1・15 3/7・21	20	2,400円	早朝の新鮮な空気を吸い歩くより早く、ジョギングよりゆったりと自分のペースで動きます。
⑨	親子健康(水曜コース)	(よちよち歩きから) 臨海体育館第1体育室	15	水曜日 10:00~12:00 10/12・19・26 11/2・9 1/11・18・25 2/1・8・15・22・29 3/7・14	35	3,000円	子どもは遊びの天才。親は遊ばせ見守り名人に、後半ママはエアロビ、ストレッチタイム。
⑩	NEW スラックライン	(18歳以上) 臨海公園	6	水曜日 19:30~21:30 10/5・12・19・26 11/2・9	20	1,200円	スラックラインとは、ベルト状のラインを利用したスポーツの一種で、簡単に言うと、綱渡りです。大幹やインナーマッスルを鍛えることができ、ダイエット効果もあります。スポーツ全般の基礎体力・バランス感覚が身につきます。
⑪	スポーツ吹矢	(小学生以上) 臨海体育館第1体育室	12	木曜日 19:00~21:00 10/6・13・20・27 11/17・24 12/1・8・15・22 1/12・19	30	2,400円	息が動力のスポーツ。腹式呼吸で集中力アップ。 腰痛、肩こり改善など種々効果あり。
⑫	親子健康(金曜コース)	(よちよち歩きから) 南部市民プラザアリーナ	15	金曜日 10:00~12:00 10/14・21・28 11/4・11 1/13・20・27 2/3・10・17・24 3/2・9・16	35	3,000円	子どもは遊びの天才。親は遊ばせ見守り名人に、後半ママはエアロビ、ストレッチタイム。
⑬	キッズビクス(小学生コース) 3年生参加OK	(小学1・2・3年生) 棚尾公民館ホール	15	毎週土曜日 小学生/10:00~11:00 幼児/11:00~12:00 10/15・22・29 11/5・12・19・26 12/3・10・17・24 1/14・21・28 2/4	20	3,000円	さまざまなジャンルの音楽に乗せて、ダンスやエアロビクス、身体づかいですべての運動に大切なリズム感を身につけます。心も身体も弾ませましょう。
⑭	キッズビクス(幼児コース)	(年中児・年長児) 棚尾公民館ホール	15	10/15・22・29 11/5・12・19・26 12/3・10・17・24 1/14・21・28 2/4	20	3,000円	個人技術力アップや、団体スポーツのチームワークを学びます。バスケ好き、集まれ!! クラブもあります。
⑮	バスケットボール	(小学4・5・6年生) 棚尾小学校体育館	15	毎週土曜日 13:30~15:30 9/3・10・17 10/1・8・15・22・29 11/5・12・19・26 12/3・10・17	10	3,000円	個人技術力アップや、団体スポーツのチームワークを学びます。バスケ好き、集まれ!! クラブもあります。
⑯	多目的体験広場 室内スポーツ、各種ニュースポーツ	(年齢制限なし) 臨海体育館アリーナC面 南部市民プラザ(1/8・15・22・29)	19	日曜日 18:30~21:00 10/2・16・23・30 11/6・20・27 12/11・25 1/8・15・22・29 2/5・12・26 3/4・11・18	—	高校生以上 1回/100円 小・中学生 1回/50円	家族、友人と連れ立って気軽にスポーツに親しむことができます。体験・勝負・交流など自由満喫。疲労回復は動いて解消が一番です!
⑰	太極拳&カンフー	(年齢制限なし・公開) 臨海公園	—	毎週日曜日 9:30~10:00	—	申込み不要	太極拳に代表される中国拳法では、練習を、カンフー「くふう」という意味の「功夫(クンフー)」と呼びます。
市委託教室	元気ッス!キッズ運動 後期9回	(小学3・4年生) 大浜小学校体育館 南部市民プラザ(11/5・19)	9	土曜日 9:00~11:00 10/15 11/5・19 12/3・17 1/7・21 2/18 3/3	20	2,000円	運動が好きな子、苦手な子。チャレンジしよう! マット、跳び箱、ニュースポーツなど。

公開イベント 参加者募集!!

人気
上昇中!!

ファミリーレク・スポデー19
ペタボード大会&C5忍者ランド

平成23年8月21日(日)
18時00分~20時30分

- 会場 碧南市臨海体育館2Fアリーナ
- 受付 17時30分~(2Fアリーナ東入口)
- 内容 ペタボード大会&C5忍者ランド
1チーム3人で対戦★ねらえ! 賞品
C5忍者ランドも待っていますよ。
- 参加費 1チーム**300円**(当日受付で集めます。)
- 持ち物 シューズ、水分



受付期間 **平成23年8月1日~13日**

お申し込み 申し込み用紙は、教室・公共施設・事務局に設置、記入後事務局に持参。
FAX、E-mailでもお申し込みできます。

公開イベント 参加者募集!!

ファミリーレク・スポデー20&2学期お楽しみ会
ファミリーもちつきまつり

平成23年12月18日(日)
9時30分~12時30分

- 会場 碧南市臨海体育館玄関前
第2体育室
- 受付 9時~(玄関前)
- 内容 もちつき体験(食する、お土産付き)
- 参加費 会 員/1人**200円**
非会員/1人**300円**
(当日受付で集めます。)
- 持ち物 エプロン、ハンダナ、ふきん、水分



受付開始 **平成23年11月1日~**

お申し込み 申し込み用紙は、教室・公共施設・事務局に設置、記入後事務局に持参。
FAX、E-mailでもお申し込みできます。

会員・遊びと学び後期交流イベント

会員日帰りバスツアー
ウィンタースポーツ体験

平成24年2月12日(日)
出発9時~帰り16時予定

- 集合 8時50分 海浜水族館北駐車場
(車でお越しの方は砂利駐車場へ)
- 行き先 モリコロパーク
- 内容 **Aコース** スケート体験
参加費 大人**4,000円** 子供**3,500円**
(アイススケート入場料、靴貸出料金含む)
Bコース ボールウォーキング、スロージョギング
参加費 大人**2,600円**
- 持ち物 昼食、おやつ、水分



受付期間 **平成24年1月10日~31日**

お申し込み 申し込み用紙は、教室・公共施設・事務局に設置、記入後事務局に持参。
FAX、E-mailでもお申し込みできます。