

クラブ通信 ～増刊号～



見附市総合型地域スポーツクラブ
平成23年3月 NO.17

最終号



23年度教室ラインナップ発表！

4月からいよいよ23年度教室がスタートします。プログラムにさきがけて、会員のみなさまに注目の新しい教室をいくつかご紹介いたします！
キッズからシニアまでご家族で楽しめる教室が目白押しですよ！



新潟アルビレックスランニングクラブ ジュニア陸上スクール 見附校

日時 金曜日 18時～20時
場所 見附運動公園陸上競技場 他
料金 入会金5,000円 月謝3,000円 対象 小学生

☆見附市総合型スポーツクラブと新潟アルビレックスランニングクラブがタッグを組んでジュニア陸上教室をスタートします！

3月7日（月）申込みスタート！

ジュニアコーディネーション トレーニング教室

日時 木曜日 17時～18時
場所 今町地区体育館
対象 小学生 料金 月/1,200円

☆コーディネーショントレーニングとは、状況を目や耳など五感で察知し、それを脳で判断して具体的に筋肉を動かすといった「運動における一連の過程」をスムーズに行う能力を向上させるトレーニングです。コーディネーション能力を鍛え、基礎運動力を高めましょう！



カワイチャレンジ体育キッズ

日時 金曜日 16:15～17:00
場所 総合体育館
対象 未就学児（年中・年長） 料金 月/3,000円

☆昨年度大好評でしたカワイチャレンジ体育にキッズ教室が登場します。

メンズヨガ教室



日時 土曜日 14時～15時
場所 市民武道館
対象 男性限定 料金 月/1,200円

☆「ヨガに挑戦してみたい」とお考えの男性向け教室です。運動不足解消、生活習慣病改善にぜひオススメです。

からだを整える骨盤体操教室

日時 金曜日 14時～15時
場所 ネーブルみつけ 料金月/1,200円

☆骨盤のゆがみを矯正することでシェイプアップ効果を上げ、エイジレスなボディを目指しましょう！



大人の水中運動教室

日時 金曜日 10:45～11:30
場所 中田スイミングクラブ 料金 月/2,800円

☆ご要望の多かったアクア教室がいよいよ登場です。水面に顔を付けたりしないので初心者、泳げない方でも大丈夫です。水中では浮力があるので、腰痛、膝痛の方でも楽に運動することができますよ。



英語でリトミック運動教室

日時 月曜日 17時～18時
場所 市民武道館
対象 小学1年生～3年生 料金月/1,200円

☆リトミックとは、リズムを聞いて自分が感じたように自由に体全体で表現することで、想像力、表現力を養い心と体の調和を作り出す総合教育です。

リフレッシュヨガ教室

日時 木曜日 19時～20時
場所 ネーブルみつけ 料金 月/1,200円

☆ヨガを通じて心身ともにリフレッシュしていきましょう！東南アジアで世界のヨガを見てきた講師が、皆さんの健康づくりをサポートします。



無料体験教室を 開催します！

☆23年度に向けて、無料体験会を下記のように開催します。

3月中にお申込みの方は、特別料金にてご入会いただけるチャンスです！この機会をお見逃しなく！

当日お申込みの方先着100名様にオリジナルTシャツをプレゼント！皆様のご参加をお待ちしております。

其の巻 カワイ体育教室 ☆カワイチャレンジ体育体験会

教室名	開催日	会場	時間	定員	対象
カワイチャレンジ体育	3月9日(水)	今町地区体育館	16:40~17:30	25名	小学生 (今春新一年生を含む)
	3月10日(木)	総合体育館	1、16:30~17:20 2、17:30~18:20	25名	
	3月13日(日)	ネーブルみつけ	13:00~13:45	25名	
カワイチャレンジ体育 キッズ	3月13日(日)	ネーブルみつけ	14:00~14:50	25名	未就学児 (年中~年長) 新教室!

♪とび箱、マット、縄跳びなどを使い、楽しく運動を行います。動きやすい服装でお越し下さい。

たくさんのご参加お待ちしております。

★参加をご希望の方は、見附市総合型地域スポーツクラブまでお申込み下さい。

見附市総合型地域スポーツクラブ(ネーブルみつけ 内) TEL0258-62-7801 FAX 0258-62-7810

其の式 AlbirexRC ☆新潟アルビレックスランニングクラブ ジュニア陸上スクール体験会 「見附かけっこ道場」

日時	場所	時間	対象/定員
3月12日(土)	今町地区体育館	15時~16時	小学生 60名 (1年~3年まで、4年~6年までの2クラスで行います。) 新教室!

持ち物:運動できる服装、内履き、タオル、飲み物

♪寒い冬でなまった身体を目覚めさせ、運動習慣を身につけるきっかけにしましょう！

★参加をご希望の方は、新潟アルビレックスランニングクラブまでお電話でお申込みください。

新潟アルビレックスランニングクラブ TEL025-242-1750

☆フィットネス系 新教室体験会

其の参 日時:3月13日(日) 場所:ネーブルみつけ

教室名	時間	場所	定員	講師
ボクシングダンス	10:00~10:30	交流サロン	30名	山本 潤
からだを整える骨盤体操	10:10~10:40	研修室1	30名	金内 嘉代子 新教室!
肩こり腰痛予防教室	10:40~11:10	交流サロン	30名	山本 潤
メンズヨガ	10:50~11:20	研修室1	30名	羽賀 伊保子 新教室!
キダーフィットネス	11:20~11:50	交流サロン	30名	高橋 真紀子

♪初登場の「メンズヨガ」、再開のご要望が多かった「骨盤体操」、ご好評をいただいている「肩こり腰痛予防教室」など、人気の教室がどなたでも無料で体験できます。この機会にぜひ、ご参加ください！

★参加をご希望の方は、見附市総合型地域スポーツクラブまでお申込み下さい。

見附市総合型地域スポーツクラブ(ネーブルみつけ 内) TEL 0258-62-7801 FAX 0258-62-7810

23年度から変わります。

会員の皆様にはいつもクラブの活動にご協力いただきありがとうございます。来年度より変更となる事がありますのでお知らせいたします。

①無料教室制度は廃止となります。

・22年度会員の方には、卓球、バドミントン教室などへ無料でご参加いただきましたが、

23年度より全ての教室を有料とさせていただきます。

②スポーツ安全保険への加入が義務づけとなりました。

・当クラブでは、スポーツ安全保険料義務づけに伴い、23年度から入会金にスポーツ安全保険料をプラスした金額へ変更となります。

③前年度会員に対する入会金半額サービスは廃止となります。

・23年度より前年度会員に対する入会金半額サービス制度は廃止となります。

これにより、すべての方に対し、3月4日~31日まで間のみ半額でご入会いただけるキャンペーンを行います。詳しくはパンフレットをご覧ください。

変更によりご不便をおかけしますが、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



22年度も多くの皆様にご参加いただきありがとうございました。

◆最年少3歳から最高齢84歳まで。本当に幅広い年齢の方々にご参加いただきありがとうございました。会員数も、正会員423名、非会員24名、合計447名(平成23年2月4日現在)という嬉しい結果が出ました。なかでも、正会員数は前年度を大きく上回る結果に事務局一同大変喜んでおります。来年度も多くの皆様に、楽しくスポーツを提供する場として、また、笑顔があふれるコミュニティーの場として当クラブを活用していただけたら幸いです。今後とも見附市総合型地域スポーツクラブをよろしくお願いいたします。

☆編集後記☆

・1月の大雪もようやく一段して、ホッとしましたね。何年かぶりの雪下ろしに借り出されて文句を言う私に父は「38豪雪は11日間降り続けてこんなもんじゃなかった！」と云いましたが、なにせ生まれる前のことなのでイマイチピンと来なかった私です。さて、22年度も本当に多くの皆様にご参加いただきありがとうございました。事務局も不慣れなため、多々ご迷惑をおかけしたと思います。会員の皆様のおかげで何とか無事締めくくれそうです。ありがとうございました。3月4日から23年度会員申込みがスタートします。3月13日(日)にはネーブルみつけを会場に無料体験会も開催されます。3月中申込みの方先着でオリジナルTシャツをプレゼントしますので、ぜひ、いらっしゃってください。お待ちしております。

発行

見附市総合型地域
スポーツクラブ事務局
(ネーブルみつけ 内)
TEL 0258-62-7801