MIKEスポ通信

№70 2019年11月

NPO法人見附市
総合型地域スポーツクラブ
見附市月見台1-9-1
TEL 62-3661 FAX 62-1000

令和元年度冬季限定回数券販売開始

他の教室も気になっているけど迷っている！
冬場の運動不足が心配！

今年は、たくさんの方に参加いただけるよう購入者だけでなくどなたでも使用していただける回数券になっています。

★3回券　￥1,500　★5回券　￥2,500　★11回券　￥5,000

カワイ・中田スイミング・HIPHOP・硬式テニス・運動マスター教室対象外
非会員、会員証提示のない方は、回数券+100円での参加になります。
令和2年3月31日まで有効
※詳しくは教室にあるチラシをご確認ください

有酸素運動を好まれる方が骨盤を整えたり全身のメンテナンスを行うことでいつまでも動きやすい身体を手に入れることができます。
体力には自信がないという方も周りの方と比べることなくご自分のペースで参加できる教室がたくさんあります。
まずは、回数券を利用し1回だけでも参加してみませんか？

アクティブスポーツ　11月18日

教育の日の代休に市内5校から集まったお友達と協力しあったミニ運動会。学校の運動会とは違ったニュースポーツも取り入れ元気いっぱい走りまわったりチームで作戦を立てる姿が見られました。最後のリレーは、白熱しました。

ゆがみ改善骨盤呼吸体操　　次回は、12月2日20：35～21：20

参加希望の方は教室内の名簿に記入するだけで申込可OK！　☆会員　350円
骨盤のゆがみは、全身のゆがみに繋がります。ぜひ、ご自分の身体をメンテナンスしましょう。

❀アンケートご協力ありがとうございました❀

来年度の教室運営の参考にさせていただく為、会員の皆様よりアンケートにご協力いただきました。貴重なご意見をいただきありがとうございました。

☆会員様ご意見☆		☆事務局☆
・月4回あると良い	→	・基本的に通年教室は、各教室の平等性を図るため回数を統一させていただいています。会場予約ができない日もあり毎月4回開催は難しいです。
・もう1日何かをと思ってますが時間が取れない	→	・月曜から日曜まで教室開催してますので1回無料体験を利用していただきご参加お待ちしております。
・ミズノ製品販売会（安く）	→	・総合体育館ロビーにミズノ製品販売やカタログ販売も行っています。会員特典を利用しお安く購入いただけます。
・土日夕方～夜の開催	→	・検討していきたいと思います。
・朝ヨガ	→	・日曜朝のスッキリ美肌教室では、ヨガも多めに開催しています。
・親子で参加できる教室	→	・12月15日に親子ヨガ開催します。ちびっこすぽーつばんのう教室では未就学児の親子運動あそびを行ってます。
・運動以外の教室	→	・具体的にやりたい教室があれば検討します。
・デッキの音が飛ぶので新しくして欲しい	→	・大変、お待たせして申し訳ございませんが只今、準備中です。
・軽い有酸素中心教室	→	・シェイプアップ教室などお勧めします。また短期教室など検討していきます。
・ランニング教室、雨天時総体にして欲しい	→	・総合体育館は、毎週、他の利用があり難しいです。
・日曜日教室を毎週開催して欲しい	→	・会場借用の都合がありますが回数は増やす予定です。またより参加しやすくする為に土日限定の回数券制度などを検討中です。
・ダンス系3か月教室を3か月教室を開催して欲しい	→	・ズンバ、タヒチアンダンスなど教室開催検討します。

編集後記

あっという間に今年も残すところ1か月。皆さんにとって今年はどんな年でしたでしょうか？会員の皆様のご意見を参考に喜んでいただける教室運営を目指し来年度の準備を行っています。たくさんの方より手軽に