

～よき指導者・友だちとスポーツを楽しもう～

H28 スポーツ・レク教室 & クラブ 受講者・会員募集

受付：豊野体育館内 クラブハウス

3/20～3/27 平日 午後7時～午後9時
(日) (日) 土日祝 午前9時～午後3時

ゆたかのスポーツクラブ

【お申込み方法】

申込書に料金を添えて、ゆたかのスポーツクラブハウス(豊野体育館内)までご持参ください。

クラブハウス電話兼FAX 026-217-7004

小学生対象

ドッジ+レク教室 (30人)

豊野体育館ほか / 5月～12月

第2・第4土曜日 午前9:30～11:30

参加費 年1,500円+新規or継続会員会費

【内容】ドッジボール、ドッジビー、ピロポロ、ティーベース

指導者：北山篤、三井学(両者共 スポーツ推進委員)
内山栄子、黒岩優(両者共 元体育指導委員)

サッカー教室 (10人)

豊野西小学校グラウンド / 5月～10月(12回)

第2・第4土曜日 午後3:00～4:30

参加費 年1,500円+新規or継続会員会費

【内容】ボール遊び、ボールコントロール、ミニゲーム

指導者：中山雅章(JFL公認C級)、小林秀樹(柔道整復士)
千野博敏(日体協サッカー指導者)

バレーボール教室 (10人)

豊野西小学校体育館 / 5月～12月

第2・第4土曜日 午前9:30～11:30

参加費 年1,500円+新規or継続会員会費

【内容】レシーブ・パスの基本、スパイクの基本、ゲーム、ソフトバレーボールでの練習

指導者：堀越文夫(日体協バレー指導員)
宮崎博文(県小連C級審判員)

ミニバスケットボール教室 (10人)

豊野体育館 / 5月～12月

第2・第4土曜日 午後3:30～5:00

参加費 年1,500円+新規or継続会員会費

【内容】パス・ドリブルの基本、格好よくきめるシュート
ミニゲーム

指導者：三井俊宏(JBA公認コーチ) 武田真治(JBA公認コーチ)
坂爪芳正(JBA公認コーチ)

野球教室 (10人)

豊野西小学校グラウンドほか / 5月～12月

第2・第4土曜日 午前9:00～11:00

参加費 年1,500円+新規or継続会員会費

【内容】ボールキャッチ・バッティングの基本、ゲーム

指導者：小嶋芳夫(日体協野球指導者)
青山賀明(スポーツ少年団認定委員)

小・中学生～大人まで対象

卓球教室 (10人)

豊野体育館2階ギャラリー / 4月～12月(10回程度)

第2・第4木曜日 午後7:30～9:00

参加費 年1,500円+新規or継続会員会費

【内容】参加者の希望に合わせた内容、技術レベルごとのゲーム練習、ピンポン～競技卓球まで対応、親子歓迎

指導者：矢沢秀夫、坂西麻衣(卓球経験者)

ソフトテニス教室(軟式テニス)(10人)

豊野テニス場 / 5月～10月(14回)

第2・第4火曜日 午後7:30～9:30(子ども9:00)

参加費 年1,500円+新規or継続会員会費

【内容】親子、友達、仲間での参加歓迎、経験者も歓迎
初めての方大歓迎

指導者：荻原孝幸(ソフトテニス経験者)

バドミントン+レク教室 (30人)

豊野体育館 / 4月～2月

第1土曜日・第3火曜日 午後7:30～9:30

参加費 年1,500円+新規or継続会員会費

【内容】バドミントンの基本、親子での参加も大歓迎
レクリエーション(ソフトバレー他)

指導者：小林常雄(日体協バドミントン指導員)
千野勝央(バドミントン経験者)

えんでるクラブ

豊野町から日帰りできる地域 / 4月～11月(年4回)

日曜日(不特定:事前に周知)

参加費 新規or継続会員会費+1回/2,000円程度
(バス代等)

【内容】ウォーキング、軽登山、トレッキング、自然探索

指導者：宮本義彦(元長野県山岳協会会長)、善財隆幸
中村文文

ラフター(笑い)ヨガクラブ

豊野公民館ほか / 4月～2月

第1火曜日・第3木曜日 午前10:00～11:00

参加費 年500円+新規or継続会員会費

【内容】笑い体操、ヨガ呼吸法、免疫力アップ、ストレス解消

指導者：清水順子、月岡照美(両者共 公認ティーチャー)
担当：宮崎淑子(257-4788)、岩崎ケイ子

大人対象

ヨガ教室 (10人)

豊野公民館講堂・和室ほか / 4月～3月(月4回)

毎週金曜日 午後 2:15～3:30 (1時間程度早まる場合あり)

参加費 新規 or 継続会員会費+月謝 2,500円

※月謝払いを選ばない会員は1回 700円

【内容】シェイプアップとストレス解消でより美しく
肩こり・腰痛の改善で筋力アップで老化予防
～ママ友(幼児同伴可)、老若男女どなたでも～

指導者：小島美奈子(PEA公認ヨガインストラクター)

担当：千野 (090-9839-1310)

卓球クラブ

毎週木曜日 19:30～21:00

豊野体育館ギャラリー

連絡先：矢沢秀夫(257-3478)

ナイター・ソフトボールリーグ

木曜日(日程別途) 19:30～21:00

豊野中学校グラウンド

連絡先：荻原信彦(257-5517) 090-1550-4038

■新規会員

(円)

区分	入会金	スポーツ保険	年会費	合計
小・中学生	1,000	800	1,500	3,300
大人・高校生～	1,000	1,850	2,000	4,850
大人・65歳～	1,000	1,200	2,000	4,200

(財)スポーツ安全協会のスポーツ安全保険に加入します

例)小学生の新規会員で
サッカー教室に参加
3,300円+1,500円=
4,800円 ← 年間で!

■継続会員

(円)

区分	入会金	スポーツ保険	年会費	合計
小・中学生	0	800	1,500	2,300
大人・高校生～	0	1,850	2,000	3,850
大人・65歳～	0	1,200	2,000	3,200

(財)スポーツ安全協会のスポーツ安全保険に加入します

例)大人の継続会員でソフ
トテニス教室に参加
3,850円+1,500円=
5,350円 ← 年間で!

■特典

家族2人目からはファミリー割引(500円引き)適用(但し、団体加入者は非対象)

会員は、各教室への1回分の無料体験付き(事前連絡必要) なお、えんでるクラブは会員価格

お問い合わせ

武田真治(257-5256・090-9957-6611)、大岡春雄(257-4725)、千野博敏(257-2325)まで
クラブハウス電話&FAX: 217-7004 E-mail: yutakanosc@yahoo.co.jp

※クラブハウスには常駐していませんので、メール・FAX、又は、上記のスタッフまで。

募集期間以外でも随時受付をしていますので、お気軽にお問い合わせください。

申込書

該当箇所に○印、チェック等記入をしてください。(保護者欄は受講生が小中学生の場合記入)

切.....り.....取.....り.....

小学生・中学生・大人 共通

新規に入会します。

入会を継続します。 お試しで教室参加

教室名	ドッジ+レク、サッカー、バレーボール、ミニバスケットボール、野球、卓球、ソフトテニス、バドミントン+レク、えんでるクラブ、笑いヨガクラブ、ヨガ教室				
ふりがな 受講者氏名		性別	男・女	電話	
学校・新学年	豊野	学校	年	生年月日	昭和 平成 年 月 日(才)
保護者氏名		住所	〒 長野市豊野町		
携帯電話	緊急時				