

8月・9月 活動予定表

むらたスポーツクラブでは、楽しく活動する会員さんを募集しています！
 令和6年度の会員登録（新規・継続）は、随時受け付けておりますので、入会申込書に必要事項をご記入の上、会費を添えてむらたスポーツクラブ事務局までお持ち下さい。
 ※ 入会申込書は村田町民体育館ロビーの備え付け棚に準備しております。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-------------------------------|--|--|--|---|---|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 8月 | | | | | (指)タッチテニス 18:00~19:30 町民体育館 | |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| | (指)ヨガ 10:30~11:30 中央公民館 | (開)卓球 10:00~12:00 町民体育館 (指)かけっこ 17:00~18:00 町民体育館 | (指)健康体操モビバン 13:30~14:30 中央公民館 (指)リラックスヨガ 19:00~20:00 中央公民館 | (指)健康体操 スローエアロビック 13:30~14:30 中央公民館 | (指)太極拳 10:00~11:30 中央公民館 | |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| | (指)ヨガ 10:30~11:30 中央公民館 | (開)卓球 10:00~12:00 町民体育館 ☆(指)ヒップホップダンス 17:00~18:00 中央公民館 | (指)リラックスヨガ 19:00~20:00 中央公民館 | (指)健康体操 スローエアロビック 13:30~14:30 中央公民館 | (指)太極拳 10:00~11:30 中央公民館 (指)タッチテニス 18:00~19:30 町民体育館 | (指)インソール (指)卓球 10:00~12:00 町民体育館 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| | (指)ヨガ 10:30~11:30 中央公民館 | (開)卓球 10:00~12:00 町民体育館 | (指)健康体操モビバン 13:30~14:30 中央公民館 (指)かけっこ 17:00~18:00 町民体育館 (指)リラックスヨガ 19:00~20:00 中央公民館 | | (指)太極拳 10:00~11:30 中央公民館 ★(指)ピラティス 19:00~20:00 中央公民館 | |

☆ヒップホップダンス教室開催☆
 開催日：8/20(※)、9/10、10/22,29、11/26、12/17、1/28、2/18
 時間：17:00~18:00 場所：町民体育館(※8/20のみ中央公民館ホールで開催)
 参加対象者：小学生 参加費：会員無料、非会員300円/回
 (※)8/20はダンスの上手なお兄さん、お姉さんと一緒にヒップホップダンスを楽しく学びます。
 先着30名となりますので、参加希望の際は「むらたスポーツクラブ」まで電話・メールにてお申込み下さい。

★ピラティス教室開催★
 理想のからだづくりを目指すエクササイズです。
 下記の日程で定期的開催します。
 開催日：8/30(無料体験会)、9/6,20、10/4,25、11/15,29、12/6,13、1/10,24、2/7,21
 時間：19:00~20:00 場所：中央公民館 3F和室
 参加対象者：高校生以上 参加費：会員無料、非会員1,000円/回



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-------------------------------|--|---|--|--|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9月 | (指)ヨガ 10:30~11:30 中央公民館 | (開)卓球 10:00~12:00 町民体育館 (指)かけっこ 17:00~18:00 町民体育館 | (指)健康体操モビバン 13:30~14:30 中央公民館 (指)リラックスヨガ 19:00~20:00 中央公民館 | | (指)太極拳 10:00~11:30 中央公民館 ★(指)ピラティス 19:00~20:00 中央公民館 | ◇救命講習会◇ |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| | (指)ヨガ 10:30~11:30 中央公民館 | (開)卓球 10:00~12:00 町民体育館(地下) ☆(指)ヒップホップダンス 17:00~18:00 町民体育館 | (指)かけっこ 17:00~18:00 町民体育館 (指)リラックスヨガ 19:00~20:00 中央公民館 | (指)健康体操 スローエアロビック 13:30~14:30 中央公民館 | (指)太極拳 10:00~11:30 中央公民館 (指)タッチテニス 18:00~19:30 町民体育館 | (指)IYツヨイ・ツ (指)卓球 10:00~12:00 町民体育館 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| | | | (指)健康体操モビバン 13:30~14:30 中央公民館 (指)リラックスヨガ 19:00~20:00 中央公民館 | ノルディック オルレ村田コース 9:30 体育館前 集合・出発 ※悪天候時中止 (開)卓球 10:00~12:00 町民体育館(地下) | (指)太極拳 10:00~11:30 旧三小体育館 ★(指)ピラティス 19:00~20:00 中央公民館 | |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| | | | (指)かけっこ 17:00~18:00 町民体育館 (指)リラックスヨガ 19:00~20:00 中央公民館 | (開)卓球 10:00~12:00 町民体育館(地下) (指)健康体操 スローエアロビック 13:30~14:30 中央公民館 | (指)太極拳 10:00~11:30 中央公民館 (指)タッチテニス 18:00~19:30 町民体育館 | |
| 29 | 30 | | | | | |
| | (指)ヨガ 10:30~11:30 中央公民館 | | | | | |

◇救命講習会◇

救命講習会は、日常生活およびスポーツ活動において、事故発生時の心肺蘇生やAEDの使い方など、救命に必要な知識と技術を習得する内容です。

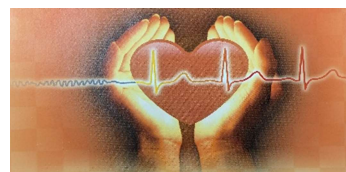
もしものために、適切な手当の仕方を学びましょう。

開催日時：9月7日（土） 午前10:00～午前11:30

場 所：中央公民館大ホール

参加対象者：高校生以上（定員20名）参加費無料

申し込み：むらたスポーツクラブまで、電話またはメールにてお申し込み下さい。



各教室に参加される皆さんへ

- ・（指）は講師指導日。（開）は参加者同士、自由にコートで練習ができます。
- ・使用する用具についてはクラブで準備していますが、持参いただいても構いません。
- ・体育館で行う教室には上靴を持参ください。
- ・水分補給の飲み物、タオルなど必要に応じてお持ちください。
- ・けがをした場合は指導者による応急手当を行います。その後の処置等については自己負担でお願いします。
- ・非会員の方は下記教室へ参加する際に参加費がかかります。但し体験教室への参加費はかかりません。
- ・町の事業や施設使用状況により、変更する場合があります。

| 非会員の参加費（1回） | ヨガ | リラックス ヨガ | 太極拳 | 健康体操 | 卓球 | バドミントン | ノルディック | IYツヨイ・ ツ | タッチ テニス | かけっこ | ヒップホップ ダンス |
|-------------|-------|-------------|-------|-------|-----|--------|--------|-------------|------------|------|---------------|
| 一般 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 500 | 500 | 500 | 500 | 500 | - | - |
| ジュニア | 300 | 300 | 300 | 300 | 300 | 300 | 300 | 300 | 300 | 300 | 300 |

★問い合わせ★

NPO法人むらたスポーツクラブ（村田町民体育館内）

村田町村田字塩内2 TEL0224-83-4729

E-mail murata_sportsclub@yahoo.co.jp

URL <http://www.murata-sports.jp>



スポーツクラブ



私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています。