

集う・つながる・元気になる

栃木市岩舟町 総合型地域スポーツクラブ

広報いわすぼ 第15号
2018.9

いわふねスポーツクラブ

いつでもフイェィ! レギュラープログラム

教室参加者募集中! 見学・体験もお気軽にどうぞ!! ※諸事情により変更になる場合もあります 下記のプログラムの詳細は裏面をご覧ください♡

月 MON **硬式卓球**
●岩舟体育館 ●午後1時～午後4時
月謝/会員500円・ビジター1,000円



火 TUE **太極拳**
●岩舟体育館 ●午前10時～午前11時30分
月謝/会員500円・ビジター1,000円



水 WED **ヨガ**
●岩舟公民館 ●午前10時～午前11時
月謝/会員1,000円・ビジター1,500円



水 WED **ヒップホップダンス**
●岩舟体育館 ●午後6時～午後7時
月謝/会員のみ1,500円(小学生)



木 THU **リラックスヨガ**
●静和地区公民館 ●午後7時～午後8時
月謝/会員1,000円・ビジター1,500円



木 THU **バドミントン**
●岩舟中体育館 ●午後7時30分～午後8時45分
月謝/会員500円・ビジター1,000円



金 FRI **ラージボール卓球**
●岩舟体育館 ●午後1時～午後4時
月謝/会員500円・ビジター1,000円



金 FRI **ペルビック(骨盤)ストレッチ**
●静和地区公民館 ●午後7時30分～午後8時30分
月謝/会員1,500円・ビジター2,000円



土 SAT **ミニバスケットボール**
●岩舟小体育館 ●午後6時30分～午後8時
月謝/会員のみ500円(小学生3～6年)



平成30年度 後期



会員&参加者 大募集!!

※諸事情により変更になる場合もあります

ミニサッカー教室

みんなで
楽しく
サッカーやったよ～



【場所】岩舟総合運動場・岩舟小学校
【時期】5月～6月(全4回終了)

ソーパークーピング教室(石けん彫刻)

玄関に置くと
いい香りだよ



【場所】岩舟公民館
【時期】6月21日終了

ウキウキ♪カヌー教室

上手に
こげたよ～



【場所】岩舟小学校
【時期】6月30日終了

ゴムバンド教室(姿勢矯正)

ゴムバンドで
体の歪みを
矯正します



【場所】岩舟公民館
【時期】6月(全4回終了)

のびのび☆かけっこ塾

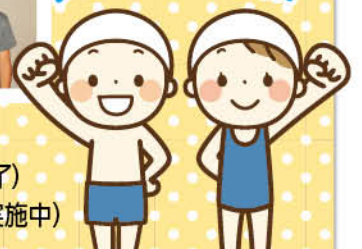
めざせ!
じぶん新記録



【場所】岩舟小学校
【時期】9月9日終了

すくすく☆水泳教室

夏のリベンジ
めざせ!
クロール25m



【場所】栃木県立温水プール館
【時期】5月～6月(前期・全7回終了)
9月～11月(後期・全7回実施中)

●レギュラープログラムとシーズンプログラムの違いについて

レギュラープログラム

ほぼ毎週実施しているプログラムで体力作りや仲間作り等のために「継続して参加したい方」におススメです(〇〇)。初心者の方でも気軽に楽しめます。☆ 無料体験できます!

シーズンプログラム

特定の季節のみ開催されるプログラムで「季節感を楽しみたい方」や、「継続は難しいけど、その時だけちょっと参加してみたい方」等におススメです。会員でなくても参加できます。

2018

楽しさモリモリのシーズンプログラム

他にもイロイロな教室企画中! (〇〇)

ハイキング

全国でも珍しい!
歩いて行ける三県境

【場所】栃木市(藤岡)
【時期】11月8日予定



紙ねんど細工

7人のサンタさんを作ろう!

【場所】岩舟公民館
【時期】11月29日
12月6日 2回実施予定



郷土料理教室

昔ながらの伝統食
「しもつかれ」

【場所】静和地区公民館
【時期】1月予定



スポーツ吹き矢教室

【場所】岩舟体育館
【時期】1月予定



ウォーキング

【場所】千葉県野田市
【時期】3月予定



きらきら☆パティシエ塾



ケーキ♥をつくっちゃお!



【場所】静和地区公民館
【時期】12月、2月(ケーキ作り)

スタッフ一同
お待ちしております
スタッフも募集中!!



入会のご案内(後期)

後期は平成30年10月1日から平成31年3月31日までとなります

区分	年度会費	保険料	合計
一般 (高校生以上)	3,000円 1,500円	64歳以下 1,850円	64歳以下 3,350円
		65歳以上 1,200円	65歳以上 2,700円
キッズ (中学生以下)	1,500円 750円	800円	1,550円
ファミリー (同居の家族2人以上)	5,000円 2,500円	加入者・人数により算出	

※会員期間は年度単位となります。

入会方法

各教室で直接手続きを行ってください。

- ①年度会費と保険料をご用意ください。
- ②レギュラープログラムは各教室1回無料体験できます。

会員特典

- その1 すべてのプログラムにおトクな会員料金で参加できます。
- その2 優先的に参加できるプログラムがあります。
- その3 すべてのプログラムに適用される「スポーツ安全保険」に加入します。



いわふねスポーツクラブ 後期カレンダー

2018年 平成30年 10月 カレンダー

◇昼間のプログラム ◆夜のプログラム
(随時変更になる場合があります。)

日	月	火	水	木	金	土
	1 ◇硬式卓球	2 ◇太極拳	3 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	4 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	5 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	6 ◆ミニバスケット ボール
7	8 体育の日	9 ◇太極拳	10 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	11 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	12 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	13 ◆ミニバスケット ボール
14	15 ◇硬式卓球	16 ◇太極拳	17 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	18 ◆リラックス ヨガ	19 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	20 ◆ミニバスケット ボール
21	22 ◇硬式卓球	23 ◇太極拳	24 ◆ヒップホップ ダンス	25 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	26 ◆ベルビック(障)ストレッチ	27 ◆ミニバスケット ボール
28	29	30	31 ◇ヨガ			

お子さまが参加する際のお願い

保護者の方におきましては、お子さんの安全確保や事故防止のため、必ず会場までの送迎をしていただきますようお願い申し上げます。



2018年 平成30年 11月 カレンダー

◇昼間のプログラム ◆夜のプログラム
(随時変更になる場合があります。)

日	月	火	水	木	金	土
				1 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	2 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	3 文化の日 ◆ミニバスケット ボール
4	5 ◇硬式卓球	6 ◇太極拳	7 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	8 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	9 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	10 ◆ミニバスケット ボール
11	12 ◇硬式卓球	13 ◇太極拳	14 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	15 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	16 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	17
18	19 ◇硬式卓球	20 ◇太極拳	21 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	22 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	23 勤労感謝の日	24 ◆ミニバスケット ボール
25	26 ◇硬式卓球	27 ◇太極拳	28 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	29 ◆バドミントン	30 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	

シーズンプログラム

・ハイキング



2018年 平成30年 12月 カレンダー

◇昼間のプログラム ◆夜のプログラム
(随時変更になる場合があります。)

日	月	火	水	木	金	土
						1 ◆ミニバスケット ボール
2	3 ◇硬式卓球	4 ◇太極拳	5 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	6 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	7 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	8 ◆ミニバスケット ボール
9	10 ◇硬式卓球	11 ◇太極拳	12 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	13 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	14 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	15 ◆ミニバスケット ボール
16	17 ◇硬式卓球	18 ◇太極拳	19 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	20 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	21 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	22 ◆ミニバスケット ボール
23 天皇誕生日	24 結婚休日 ◇硬式卓球	25	26 ◇ヨガ	27 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	28	29
30	31	シーズンプログラム ・きらきら★パティシエ塾				

・きらきら★パティシエ塾



2019年 平成31年 1月 カレンダー

◇昼間のプログラム ◆夜のプログラム
(随時変更になる場合があります。)

日	月	火	水	木	金	土
		1 元旦	2	3	4	5
6	7 ◇硬式卓球	8 ◇太極拳	9 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	10 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	11 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	12 ◆ミニバスケット ボール
13	14 成人の日 ◇硬式卓球	15 ◇太極拳	16 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	17 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	18 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	19 ◆ミニバスケット ボール
20	21 ◇硬式卓球	22 ◇太極拳	23 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	24 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	25 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	26 ◆ミニバスケット ボール
27	28 ◇硬式卓球	29 ◇太極拳	30 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	31 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン		

シーズンプログラム

・郷土料理教室
・スポーツ吹き矢教室



2019年 平成31年 2月 カレンダー

◇昼間のプログラム ◆夜のプログラム
(随時変更になる場合があります。)

日	月	火	水	木	金	土
					1 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	2 ◆ミニバスケット ボール
3	4 ◇硬式卓球	5 ◇太極拳	6 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	7 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	8 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	9 ◆ミニバスケット ボール
10	11 建国記念の日 ◇硬式卓球	12 ◇太極拳	13 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	14 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	15 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	16 ◆ミニバスケット ボール
17	18 ◇硬式卓球	19 ◇太極拳	20 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	21 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	22 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	23 ◆ミニバスケット ボール
24	25 ◇硬式卓球 ◆ミニバスケット ボール	26 ◇太極拳	27 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	28 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン		
シーズンプログラム ・きらきら★パティシエ塾						

・きらきら★パティシエ塾



2019年 平成31年 3月 カレンダー

◇昼間のプログラム ◆夜のプログラム
(随時変更になる場合があります。)

日	月	火	水	木	金	土
					1 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	2 ◆ミニバスケット ボール
3 ◆ミニバスケット ボール	4 ◇硬式卓球	5 ◇太極拳	6 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	7 ◆リラックス ヨガ	8 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	9
10	11 ◇硬式卓球	12 ◇太極拳	13 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	14 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	15 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	16
17	18 ◇硬式卓球	19 ◇太極拳	20 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	21 春分の日 ◆バドミントン	22 ◇ラージボール 卓球 ◆ベルビック(障)ストレッチ	23
24	25 ◇硬式卓球	26 ◇太極拳	27 ◇ヨガ ◆ヒップホップ ダンス	28 ◆リラックス ヨガ ◆バドミントン	29 ◇ラージボール 卓球	30
31	シーズンプログラム ・ウォーキング					

・ウォーキング

