

総合型地域スポーツクラブ情報



「元氣ワイワイ・スポーツクラブ南河内」からのお知らせ

●申し込み・問い合わせ先

南河内体育センター内
元氣ワイワイ・スポーツ
クラブ事務局

☎(48)5401

<http://gyy-sports.a1a9.jp/>

●おためし教室(サイクリング)参加者募集

秋空の元、サイクリング
を楽しもう!

●日時

10月10日(月・祝)
南河内体育センター
午前9時〜正午

●場所

サイクリングで下野市の
名所めぐり(下野薬師寺跡、
別処山古墳、道の駅など)

●対象

小学5年生以上で、自転
車に約20km以上乗れる方

●参加費

500円(保険料込み)

●定員

先着20名(10名以下の時
は中止します)

●申し込み方法

9月20日(火)9時より受
付開始。定員になり次第締

め切りです。

※参加者は自分の乗り慣れ
た自転車で、子供はヘル
メット着用。飲み物、タ
オル等は各自持参。

※走行距離は約20kmで、雨
天中止とします。

●日光中禅寺湖畔

●社山紅葉狩りハイキング

●参加者募集

紅葉の時期に日光連山と
足尾の山々が見事に一望出
来る絶景ポイントにご案内
します。

●日時

10月16日(日)
午前5時30分(小雨決行)
南河内公民館駐車場出発

●場所

日光中禅寺湖南西、社山
※約5時間のハイキングで帰
路に温泉に立ち寄る予定

●対象

小学生4年以上で約5時
間の山歩きが出来る方

※小学生は、保護者の同伴
が必要になります。

●参加費

クラブ会員 3,000円
非会員 3,300円
(保険料、バス代、諸経
費を含みます)

※入浴料は、自己負担

- 定員 先着38名
- 申し込み 9月20日(月)午前9時受
付開始。定員になり次第締
め切り。

●足腰元氣アップ体操 参加者募集

日常生活で必要な足腰の
力を維持または向上させる
ため、元氣な身体を目指し
て一緒に動いてみましょう。

●日時

10月13日(木)開始
以降毎月第2・4木曜日
午前10時〜正午

●場所

南河内武道場

●対象

60歳以上の方

●指導者

川俣みゆきさん
(N.S. リンク)

●定員

20名

●申し込み

9月1日(木)
午前9時より

●参加費

定員になり次第締め切り

●既会員無料

・会員でない方は原則とし
てクラブ会員(2月まで
の会員)になっていただ
きます(入会費2,500
円)。会員になるとクラ
ブの他の教室にも追加負
担なしに参加できます。

・都合で短期間参加予定の
方は毎月500円。

●保険料(2月まで)

会員、非会員ともに掛か
ります。
・60〜64歳保険料 1,600円
・65歳以上 800円

「夢くらぶ国分寺」か らのお知らせ

●申し込み・問い合わせ先

海洋センターにある詳細
の募集案内をご覧いただき、
申込書に参加費を添えてご
提出ください。

担当 増山☎(44)0849

毎週火・水・木曜日

●東京下町ウォーキング参加 者募集

スカイツリーと隅田川、
浅草界隈を気楽にウォーキ
ングしませんか!

●日時

9月11日(日)
午前7時出発、午後6時
帰着予定(雨天決行)

●コース

スカイツリー散策スポッ
ト〜隅田川・浅草界隈の散
策(昼食と自由行動)

●募集対象

小学生(保護者付き)以上
先着25名(19名未満の場合
は中止)

●交通

貸切観光バス

●参加費

会員 3,400円、会員
外 3,900円(交通費、
保険、諸経費)

●持ち物

飲み物、折りたたみ傘、
保険証のコピー

☆昼食は浅草で各自お好み
のお店でお好みの食事をお
楽しみください。(自己負担)

●引率

クラブのスタッフ

●申込締切

9月7日(水)
以降は定員まで随時受け付
けます。

●各教室追加募集

参加お待ちしております。

教室名	曜日	時間	参加費(会員)	定員
1 Jr 硬式テニス	毎週土曜日	13:00 ~ 15:00	1,000円/月	30
2 大人フットサル	毎週木曜日	19:30 ~ 21:30	2,000円/月	20
3 親子体操	月曜日8回/シリーズ	10:00 ~ 11:30	3,600円/8回	25
4 クライミング	土曜日5回/シリーズ	9:30 ~ 11:30	無 料	30
5 昼間エアロビクス	月2回火曜日	15:00 ~ 16:00	500円/回	25
6 夜間エアロビクス	月2回月曜日	19:30 ~ 20:30	500円/回	25
7 昼間気功&太極拳	月2回月曜日	14:00 ~ 15:30	500円/回	25
8 夜間気功&太極拳	月2回月曜日	19:30 ~ 21:00	500円/回	25
9 カローリング	毎月1回金曜日	13:30 ~ 15:30	100円/回	20