



身体を動かして毎日健康にすごそう!



市内の総合型地域スポーツクラブが高齢者を対象にストレッチ・体操などの軽スポーツ教室を開催します。柔道整復師やヨガインストラクターと一緒に楽しく運動できます。地域のお友だちづくりの場としても盛り上がっています。お気軽にご相談ください。

講座名	「高齢者のかんたん体操教室」 in半田地区スポーツクラブ	「高齢者スポーツ教室」 inスポーツクラブYOUKI	「孫と一緒にスポーツ教室」 in乙川スポーツクラブ
日時	毎週日曜日(4月16日から) 9時30分～10時30分	第2・4金曜日 10時～11時	第2・4木曜日 13時～14時30分
場所	半田小学校体育館 大会議室	亀崎中学校体育館 会議室	乙川交流センター ニコパル
対象	市内在住で65歳以上の方	市内在住で65歳以上の方	市内在住で65歳以上の方とその孫
定員	30名(先着順)	25名(先着順)	20組(先着順)
内容	ストレッチ、体幹トレーニング等	健康体操、軽スポーツ	健康体操、軽スポーツ
受講料	年会費6,000円(保険代含む)	お問い合わせください	半期ごとに3,000円 (4月～9月、10月～3月)
問い合わせ	半田地区スポーツクラブ ☎FAX23-8880 Eメール handa-sc@luck.ocn.ne.jp	スポーツクラブYOUKI ☎FAX28-6464 Eメール youki@titan.ocn.ne.jp	乙川スポーツクラブ ☎FAX29-2005 Eメール okkawa-s@japan-net.ne.jp
申込み	所定の申込用紙、または申込みに必要な事項を記入のうえ、FAX、Eメールで各総合型地域スポーツクラブへ。 ※申込用紙は各総合型地域スポーツクラブのホームページからダウンロードできます。		

※教室の開催日は会場の都合などにより変更することがあります。

※事務員が常駐していないクラブがあるため、電話が繋がらないことがあります。



親子で一緒にからだを動かそう!



市内の総合型地域スポーツクラブが親子を対象に運動教室を開催します。休日におとうさん、おかあさんとお子さんとふれあいながら楽しく運動できます。地域のお友だちづくりの場としても盛り上がっています。お気軽にご参加ください。

講座名	「親子あそびクラブ」 in乙川スポーツクラブ	「幼児・小学生の親子運動教室」 in半田地区スポーツクラブ	「親子ふれあいスポーツ教室」 inNPO法人ソシオ成岩スポーツクラブ
日時	毎月第1・3日曜日(4月2日から) 10時～12時	毎週土曜日(4月15日から) 10時～12時	5月14日、6月11日、7月9日、8月6日 (全て日曜日) 11時～12時
場所	横川小学校体育館、乙川交流センターニコパル	半田小学校体育館	成岩ウイングサブアリーナ (成岩中学校敷地内)
対象	保育園、幼稚園年中児～小学2年生 の児童とその保護者	2歳～小学6年生の児童とその保護者	保育園、幼稚園年中児～小学2年生 の児童とその保護者
定員	50組(先着順)	—	各回15組30名(先着順)
内容	ボールゲーム、マット、跳び箱、ラダー トレーニングなど	ボール投げ、ランニング、ストレッチ、跳 び箱、鉄棒、縄跳び、平均台、マットなど	ボールやスティックを使った運動な ど
講師	子ども身体運動発達指導士2名	子ども身体運動発達指導士2名ほか 7名	NPO法人ソシオ成岩 スポーツクラブスタッフ
受講料	・子ども1人 年会費2,000円 保険代500円 ・大人 人数に関係なく500円(保険代)	子ども1人 年会費3,000円 (親子の保険代込)	無料
問い合わせ	乙川スポーツクラブ ☎FAX29-2005 Eメール okkawa-s@japan-net.ne.jp	半田地区スポーツクラブ ☎FAX23-8880 Eメール handa-sc@luck.ocn.ne.jp	NPO法人ソシオ成岩スポーツクラブ ☎26-7771 FAX26-7773 Eメール narawa@themis.ocn.ne.jp
申込み	所定の申込用紙、または申込みに必要な事項を記入のうえ、FAX、Eメールで各総合型地域スポーツクラブへ。 ※申込用紙は各総合型地域スポーツクラブのホームページからダウンロードできます。		

※教室の開催日は会場の都合などにより変更することがあります。

※事務員が常駐していないクラブがあるため、電話が繋がらないことがあります。