



あさひふれあいスポーツクラブ

AFSC 通信

(ホームページ <http://www.ccnetmie.ne.jp/afsc/>)

平成29年 4月号

いつでも、誰でも、どこでも
明るく、楽しく、元気に
スポーツを楽しんでみませんか？
お気軽に申込みください。



随時受付中 ドッチボール教室(体験)

講師	ドッチボール協会から派遣	※やわらかいボールですので初心者でも安心して参加できます。
日時	4月23日(日)	※ドッチボールに必要な動き、マナーやルールを分かりやすく ていねいに教えます。
時間	17:00~18:30	
場所	朝日町体育館 1階アリーナ	
参加料	500円	
対象	小学1年生~小学6年生	
定員	20名程度	
持ち物	飲み物・タオル・運動シューズ	



**平成29年度 第1クールの教室案内です。会員の方はすでに受付が始まっております。
非会員の方は4月5日からです。**

スズバ教室

講師	吉良 裕代	託児有り ※先着2名
日程	4月20日(木)、27日(木)、 5月11日(木)、18日(木)、 6月 1日(木)、15日(木)、29日(木) 7月 6日(木)、20日(木)、 8月 3日(木)	
時間	9:10~10:10	
場所	朝日町保健福祉センター	
参加料	会員:5,000円(10回分) 非会員:7,000円(10回分)	
対象	一般・シニア	
定員	20名	
持ち物	運動シューズ・タオル・ 飲み物	

エアロビック教室

講師	清田 ひろみ
日程	4月20日(木)、27日(木)、 5月11日(木)、18日(木)、 6月 1日(木)、15日(木)、29日(木) 7月 6日(木)、20日(木)、 8月 3日(木)
時間	10:20~11:20
場所	朝日町保健福祉センター
参加料	会員:3,000円(10回分) 非会員:4,500円(10回分)
対象	一般・シニア
定員	20名
持ち物	運動シューズ・タオル・ 飲み物

すくすくリズム教室①	
講師	塩谷 頼子
日程	4月28日(金)、 5月12日(金)、19日(金)、26日(金)、 6月 2日(金)、 9日(金)、16日(金)、 6月23日(金)、30日(金)、7月 7日(金)
時間	9:30~10:20
場所	朝日町保健福祉センター
参加料	会員:3,000円(10回分) 非会員:4,500円(10回分)
対象	1~3歳のお子様とその保護者
定員	20組
持ち物	動きやすい服装・タオル・飲み物
内容	親子で一緒に、お友達と一緒に、楽しく リトミック♪音楽とともにリズム遊びを したり、工作や季節の行事も行います。

すくすくリズム教室②	
講師	村田 広子
日程	4月28日(金)、 5月12日(金)、19日(金)、26日(金)、 6月 2日(金)、 9日(金)、16日(金)、 6月23日(金)、30日(金)、7月 7日(金)
時間	10:40~11:40
場所	朝日町保健福祉センター
参加料	会員:3,000円(10回分) 非会員:4,500円(10回分)
対象	平成26年4月2日~平成27年4月1日 生まれのお子様とその保護者
定員	18組
持ち物	動きやすい服装・タオル・飲み物
内容	踊り、運動、工作を楽しみ、入園前のお 子様が集団生活に触れることができます。

太極拳教室	
講師	平野 潤子
日程	4月26日(水)、 5月10日(水)、17日(水)、24日(水)、5月31日 (水) 6月14日(水)、21日(水)、28日(水)、 7月 5日(水)、12日(水)
時間	9:30~11:30
場所	朝日町保健福祉センター
参加料	会員:3,000円(10回分) 非会員:4,500円(10回分)
対象	一般・シニア
定員	20名
持ち物	飲み物・タオル・運動シューズ

姿勢改善・ アンチエイジング 棒体操教室	
講師	吉良 裕代
日程	5月 1日(月)、8日(月)、15日(月) 5月22日(月)、29日(月)、 6月 5日(月)、12日(月)、19日(月) 6月26日(月)、7月 3日(月)
時間	9:30~10:30
場所	朝日町保健福祉センター
参加料	会員:3,000円(10回分) 非会員:4,500円(10回分)
対象	一般・シニア
定員	20名
持ち物	飲み物・タオル

バドミントン教室	
講師	種村 美幸
日程	4月25日(火) 5月2日(火)、 9日(火)、23日(火)、30日(火) 6月6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火)、 7月4日(火)
時間	10:00~12:00
場所	朝日町体育館
参加料	会員:3,000円(10回分) 非会員:4,500円(10回分)
対象	一般・シニア
定員	20名
持ち物	飲み物・タオル・体育館シューズ

土曜のエアロビック教室	
講師	清田 ひろみ
日程	4月22日(土)、 5月13日(土)、27日(土)、 6月10日(土)、24日(土)、 7月 8日(土)
時間	17:30~18:30
場所	朝日町体育館
参加料	会員:3,000円(6回分) 非会員:4,200円(6回分)
対象	一般・シニア・ジュニア(小学5年生以上)
定員	20名
持ち物	運動シューズ・タオル・飲み物

キッズ(幼児)テニス	
講師	山本 聡
日程	4月25日(火) 5月2日(火)、 9日(火)、23日(火)、30日(火) 6月6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火)、 7月4日(火)
時間	14:50~15:40
場所	朝日町体育館 1階アリーナ
参加料	会員:8,000円(10回分) 非会員:12,000円(10回分)
対象	年中園児~年長園児
定員	10名
持ち物	飲み物・タオル・運動シューズ

卓球教室②	
講師	首藤 暢子
日程	4月21日(金)、 5月12日(金)、19日(金)、26日(金)、 6月 2日(金)、 9日(金)、16日(金)、 23日(金)、30日(金) 7月 7日(金)
時間	10:40~12:00
場所	朝日町体育館
参加料	会員:3,000円(10回分) 非会員:4,500円(10回分)
対象	一般・シニア
定員	15名
持ち物	飲み物・タオル・体育館シューズ

バレーン教室	
講師	伊藤 千絵
日程	5月 1日(月)、8日(月)、15日(月)、 5月22日(月)、29日(月)、 6月 5日(月)、12日(月)、19日(月)、6月26日(月) 7月 3日(月)
時間	10:45~11:45
場所	朝日町保健福祉センター
参加料	会員:5,000円(10回分) 非会員:7,000円(10回分)
対象	一般・シニア
定員	20名
持ち物	飲み物・タオル・ 抱っこひも(お子様と一緒にの場合)

しなやか体操♪ ピラティス教室	
講師	後藤 明美
日程	4月25日(火) 5月2日(火)、9日(火)、23日(火)、30日(火) 6月6日(火)、13日(火)、27日(火)、 7月4日(火)、11日(火)
時間	9:15~10:15
場所	朝日町保健福祉センター
参加料	会員:3,000円(10回分) 非会員:4,500円(10回分)
対象	一般・シニア
定員	20名
持ち物	タオル・飲み物

託児有り
※先着2名

ピラティスボール
の購入:520円

(キッズ) レベルアップバドミントン教室①	
講師	種村 美幸
日程	4月25日(火) 5月2日(火)、9日(火)、23日(火)、30日(火) 6月6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火)、 7月4日(火)
時間	17:30~18:50
場所	朝日町体育館
参加料	会員:5,000円(10回分) 非会員:7,000円(10回分)
対象	小学3年生~小学6年生
定員	15名
持ち物	飲み物・タオル・運動シューズ

(キッズ) レベルアップバドミントン教室②	
講師	種村 美幸
日程	4月25日(火) 5月2日(火)、9日(火)、23日(火)、30日(火) 6月6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火)、 7月4日(火)
時間	19:00~20:20
場所	朝日町体育館
参加料	会員:5,000円(10回分) 非会員:7,000円(10回分)
対象	中学1年生~一般
定員	15名
持ち物	飲み物・タオル・運動シューズ

(キッズ) レベルアップ卓球教室	
講師	首藤 暢子
日程	4月21日(金)、 5月12日(金)、19日(金)、26日(金)、 6月 2日(金)、9日(金)、16日(金)、 6月23日(金)、30日(金) 7月 7日(金)
時間	19:00~20:20
場所	朝日町体育館
参加料	会員:5,000円(10回分) 非会員:7,000円(10回分)
対象	小学4年生~中学3年生
定員	8名
持ち物	飲み物・タオル・運動シューズ

(キッズ) レベルアップソフトバレー教室	
講師	井谷 和恵
日程	4月29日(土)、 5月20日(土)、 6月 3日(土)、17日(土)、 7月 1日(土)
時間	17:00~18:30
場所	朝日町体育館
参加料	会員:2,500円(5回分) 非会員:3,500円(5回分)
対象	小学4年生~中学3年生
定員	16名
持ち物	運動シューズ・タオル・飲み物

会員の新規加入 更新について	
ジュニア(中学生以下)	2000円
シニア(60歳以上)	2500円
一般(高校生以上)	3500円

※注意事項
受付時間 火曜日から金曜日 9時00分から12時00分まで
○上記時間以外は、体育館開館時間内であれば、 体育館管理人に預けて頂くことも可能です。 (お釣りのないようお願いします。) 領収書の発行は翌日以降になります。
○体育館開館 火~日曜日の21:00まで ※月曜日、祝日の翌日は休館日
○各教室は定員になり次第、受付を終了いたします。
○参加が少ない教室は開講できない場合があります。
○教室が始まる1週間前には申込をお願いします。

-----キリトリ-----

あさひふれあいスポーツクラブ参加申込書（キッズ教室用）				
ご希望 教室名				
フリガナ お名前 (ご本人様)	学年	性別 男・女	ジュニア会員 (No.)
フリガナ お名前 (保護者様)			非会員
ご住所 〒	-			ご自宅 携帯
				--- --- --- ---

※ ご希望の教室が複数の場合は、各教室毎に申込書をご提出ください。
 ※ 申込書を追加したい場合は、当クラブ事務所に予備を準備しておりますので、ご使用下さい。本紙のコピー及びホームページから印刷したものを
 ご使用頂くことも可能です。

-----キリトリ-----

あさひふれあいスポーツクラブ参加申込書				
ご希望 教室名				
フリガナ お名前 (ご本人様)		性別 男・女	シニア会員 (No.) 一般会員 (No.)
				ジュニア会員 (No.) 非会員・
ご住所 〒	-			ご自宅 携帯
				--- --- --- ---

※ ご希望の教室が複数の場合は、各教室毎に申込書をご提出ください。
 ※ 申込書を追加したい場合は、当クラブ事務所に予備を準備しておりますので、ご使用下さい。本紙のコピー及びホームページから印刷したも
 のをご使用頂くことも可能です。

-----キリトリ-----

あさひふれあいスポーツクラブ参加申込書				
ご希望 教室名				
フリガナ お名前 (ご本人様)		性別 男・女	シニア会員 (No.) 一般会員 (No.)
				ジュニア会員 (No.) 非会員・
ご住所 〒	-			ご自宅 携帯
				--- --- --- ---

※ ご希望の教室が複数の場合は、各教室毎に申込書をご提出ください。
 ※ 申込書を追加したい場合は、当クラブ事務所に予備を準備しておりますので、ご使用下さい。本紙のコピー及びホームページから印刷したも
 のをご使用頂くことも可能です。

-----キリトリ-----

あさひふれあいスポーツクラブ参加申込書（一般教室用）				
ご希望 教室名	すくすくリズム教室 ① ②			
フリガナ お名前 (保護者様)			一般会員 (No.)
フリガナ お名前 (お子様)	生年月日	性別 男・女	非会員
ご住所 〒	-			ご自宅 携帯
				--- --- --- ---