

| 活動名    | キラ☆キラドッジ      | いきいきタイム                      | ミニテニス         | ヨガ（夜）                             | ファミリーミニバス                       | ヨガ（午前）                            |
|--------|---------------|------------------------------|---------------|-----------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|
| 活動場所   | 一色中部小体育館      | J A 一色中部支店                   | B & G 海洋センター  | 一色町公民館                            | 一色中部小体育館                        | 一色町公民館                            |
| 種目     | ドッジボール        | 健康体操                         | ミニテニス         | ヨガ                                | ミニバス                            | ヨガ                                |
| 曜日・時間  | 月 19:00～21:00 | 火 10:00～11:00                | 火 13:00～15:00 | 火 19:30～20:30                     | 火 19:00～21:00                   | 木 9:30～10:30                      |
| 対象     | 小学生以上         | 概ね 60 才以上                    | 概ね 50 才以上     | 高校生以上                             | 小 1～小 3 と、その保護者(性別不問) 子供だけの参加可能 | 高校生以上                             |
| 定員     | なし            | なし                           | なし            | 40 人                              | なし                              | 40 人                              |
| 活動費    | 14,000 円      | 12,000 円                     | 6,000 円       | 16,000 円                          | 14,000 円                        | 16,000 円                          |
| 回数     | 35 回          | 24 回                         | 40 回          | 35 回                              | 35 回                            | 35 回                              |
| チーフ指導者 | 金田英征          | 松崎幸子                         | —             | 置田正美                              | 小林宏春                            | 鈴木真子                              |
| その他    |               | 楽しく体を動かし、足腰の筋力を高め、健康寿命を増進します |               | 呼吸を整えて、身体と心を安定させます。心地よい自分をつめられます。 | コーチ陣 中川孝英 中村卓磨、前田基起 白木雅人、稲垣俊洋   | 呼吸を整えて、身体と心を安定させます。心地よい自分をつめられます。 |

| 動名     | 健康太極拳                      | ミニバス                          | 体脂肪燃焼エアロビクス   | ストレッチヨガ                             | ルディックウォーキング         | こども将棋教室               |
|--------|----------------------------|-------------------------------|---------------|-------------------------------------|---------------------|-----------------------|
| 活動場所   | 前野南部公民館                    | 一色中部小体育館                      | 一色町公民館        | 前野南部公民館                             | 一色町公民館周辺            | 一色町公民館                |
| 種目     | 太極拳                        | ミニバス                          | エアロビクス        | ヨガ                                  | ウォーキング              | 将棋教室                  |
| 曜日・時間  | 木 19:15～20:45              | 木 19:00～21:00                 | 金 19:30～20:30 | 金 19:40～20:40                       | 土 or 日 午前 6:30～8:00 | 月 2 回 土曜日 14:00～15:00 |
| 対象     | 全会員                        | 小学 4 年生以上                     | 小学生以上         | 高校生以上                               | 高校生以上               | 小・中学生 初級者～ 将棋が強くなりたい人 |
| 定員     | なし                         | 40 人                          | なし            | 16 人(継続者優先)                         | なし                  | 20 人                  |
| 活動費    | 15,000 円                   | 14,000 円                      | 16,000 円      | 10,000 円                            | 7,500 円             | 12,000 円              |
| 回数     | 40 回                       | 35 回                          | 35 回          | 20 回                                | 15 回                | 24 回                  |
| チーフ指導者 | 三浦雅美                       | 中川孝英                          | 柴崎真紀子         | 鈴木真子                                | 田中尚子                | 大阪徹二                  |
| その他    | 深い呼吸と、ゆつくりとした動作で全身の筋力を高めます | コーチ陣 小林宏春 中村卓磨、前田基起 白木雅人、稲垣俊洋 |               | 体の不調改善・予防したり、体を動かしやすくしたりして、身体を整えます。 |                     | 段位級位認定有               |

| 活動名    | 男組 (男性だけの教室)      | いっしき陸上クラブ    | いっしき陸上クラブ ジュニア | チアバトン (Dクラス)  | チアバトン (Cクラス)   | チアバトン (Bクラス)  | チアバトン (Aクラス)  | チビッコ体操くらぶ 幼児コース                     | チビッコ体操くらぶ 金曜日コース  | チビッコ体操くらぶ 土曜日コース              |
|--------|-------------------|--------------|----------------|---------------|--|---------------|---------------|-------------------------------------|---|-------------------------------|
| 活動場所   | キッチンスタジオ          | 一色中グラウンド     | 一色中グラウンド       | 一色町公民館        | 一色町公民館   | 一色町公民館        | 一色町体育館        | B & G 海洋センター                        | 一色町体育館  | 一色町体育館                        |
| 種目     | 料理教室・運動           | 陸上           | 陸上             | チアバトン         | チアバトン  | チアバトン         | チアバトン         | 体操                                  | 体操  | 体操                            |
| 曜日・時間  | 火 or 水 9:30～12:00 | 日 9:30～11:30 | 日 9:00～10:00   | 水 17:00～17:50 | 水 18:00～18:50  | 水 19:00～19:50 | 水 20:00～20:50 | 金 16:00～17:00                       | 金 19:15～20:45   | 土 17:15～18:45                 |
| 対象     | 50 歳以上男性          | 小学 3 年生以上    | 小学 1・2 年生      | 年中・年長児        | 小学 1・2 年生  | 小学 3・4 年生     | 小学 5・6 年生     | 年中・年長児                              | 小 1～3 年生<br>その他継続者及び指導者が許可した人                           | 小 1～3 年生<br>その他継続者及び指導者が許可した人 |
| 定員     | 10 人              | なし           | 30 人           | 15 人          | 20 人   | 20 人          | 20 人          | 20 人                                | 30 人(継続者優先残 11)   | 40 人(継続者優先残 14)               |
| 活動費    | 18,000 円(食材費含)    | 17,000 円     | 11,000 円       | 16,000 円      | 16,000 円   | 16,000 円      | 16,000 円      | 17,000 円                            | 17,000 円  | 17,000 円                      |
| 回数     | 16 回              | 40 回         | 30 回           | 30 回          | 30 回   | 30 回          | 30 回          | 35 回                                | 35 回  | 35 回                          |
| チーフ指導者 | 名店シェフ             | 高須伸一         | 高須伸一           | 野畑千里          | 野畑千里   | 野畑千里          | 野畑千里          | 高須英人                                | 都築昭史  | 三ツ矢慎吾                         |
| その他    | 料理 10 回<br>運動 6 回 |              |                |               | ポンポン及びバトンを使い楽しくダンスをします<br>挨拶・返事・礼儀・笑顔・元気・表現・協調性・チームワークを学びます。 |               |               | マット、鉄棒、跳び箱、ボール遊び等を通じて体の使い方の基礎を学びます。 | マット・鉄棒・跳び箱・スラックライン等の器具を使い体の操り方を学び、あらゆるスポーツに対応出来る体を造ります。 |                               |

ファミリー制度（2 人目から活動費半額）
 チーム自主活動あり
 メール連絡網あり
 活動時間・場所の変更あり
 活動費以外の費用あり
 発表会あり

## お申し込みはスポーツクラブいっしき事務局へ

午前 9 時～午後 5 時 月曜休館、月曜が祝日の場合は翌日休館

### みどり色の活動

定員のある活動は定員に達するまで、定員の無い活動は随時お申込みできます。参加料をご持参ください。 **申込** 2 0 2 3 年 3 / 9 (木)～

### あか色の活動

申込期間内にスポーツクラブいっしき事務局にて仮申込書を記入してください。定員を超えた場合は 3 / 1 6 (木)午前 1 0 時から一色町体育館で公開代理抽選を行います。当選後は支払期間内に参加料を添えて本申込みをしてください。定員に空きがある場合、定員に達するまで先着順で受付します。

**申込** 2 0 2 3 年 3 / 7 (火)～ 3 / 1 4 (火)午後 5 時まで

**抽選** 2 0 2 3 年 3 / 1 6 (木) 午前 1 0 時

**支払** 2 0 2 3 年 3 / 1 7 (金)～ 3 / 2 4 (金)

**抽選結果の確認方法** 3 / 1 7 (金)より仮申込書の番号で掲示します。

- 一色町体育館掲示
- スポーツクラブいっしきホームページ <http://www.katch.ne.jp/~sports-club-i/>
- 電話でのお問い合わせ ☎(0563)77-2858

### 注意事項

- 活動が実施されなかった場合を除き、お申し込み後の返金はいたしません。
- 2 0 2 3 年 4 月 1 日(土)までに 1 0 人に満たない場合は実施しません。
- 当選後支払期間を過ぎても本申込みがない場合、キャンセルされたとみなします。
- 活動によっては自主活動のための経費がかかる場合があります。
- 天候や会場の都合により予定回数が実施できない場合があります。
- チビッコ体操(金曜日コース・土曜日コース)、ストレッチヨガは、2022 年度活動者優先のため、若干名の募集になります。

※**新型コロナ感染状況によって活動などの日程が変更になる場合があります。ホームページをご確認ください。**