

「いつでも、どこでも、だれでも、いつまでも」楽しくスポーツを

総合型地域スポーツクラブ「アクティブあぐい」  
平成31年度の会員を募集します

総合型地域スポーツクラブは、地域住民により自主的・主体的に運営されるスポーツクラブです。子どもから高齢者まで、さまざまなスポーツを愛好する方が、初心者からトップレベルまでそれぞれの志向・レベルに合わせて参加できます。

「アクティブあぐい」では、年間を通して多世代、多種目、多志向な活動を続けています。主役は“皆さん”です。クラブに参加してスポーツを楽しみませんか。年会費にはスポーツ保険の加入料を含みませんので、個々で保険に加入することをお勧めします。



▲ ジュニアスポーツ教室  
ニュースポーツコース

■ 活動内容

▽ 定期的な活動(会員は無料で、非会員は1回300円で参加できます)

| 種目           | 場所                    | (期間)開催日時   | コメント                         |
|--------------|-----------------------|--|------------------------------|
| 健康体操教室       | 草木公民館<br>草木小学校体育館     | (通年) 毎月第1・第3・第5水曜日<br>午後7時30分～午後9時                                   | キュートなリズムに合わせて、<br>心も体もリフレッシュ |
| 小中学生バレーボール教室 | ふれあいの森体育室<br>草木小学校体育館 | (通年) 毎週土曜日<br>午前9時～午後0時30分   | 初心者も大歓迎                      |
| ヒップホップダンス教室  | 草木公民館<br>草木小学校体育館     | (通年) 毎月第2・第4水曜日<br>午後7時30分～午後8時30分                                   | ダンスですてきな汗を流しませんか             |
| ヨガ教室         | 草木公民館<br>中央公民館本館      | (通年) 毎月第1・第3金曜日<br>午後2時～午後3時30分<br>(通年) 毎月第2・第4火曜日<br>午前10時～午前11時30分 | 心の中までリラックスできます               |
| 親子体操教室       | ふれあいの森体育室             | (通年) 毎週木曜日<br>午前10時～午前11時  | 親子で楽しく体を動かしませんか              |
| 健康教室         | ふれあいの森体育室             | (通年) 毎月第2・第4火曜日<br>午後2時～午後3時   | 体幹を整える体操をします                 |
| グラウンドゴルフ     | 草木小学校運動場              | (通年) 毎月第3・第4日曜日<br>午前9時～午前11時  | 誰でも気軽に楽しめます                  |
| アクティブ教室      | ふれあいの森体育室             | (通年) 毎月第3日曜日<br>午前9時30分～午前11時30分                                     | 来年度もフラダンスをやります               |
| 小中学生剣道教室     | 丸山公園武道場               | (通年) 毎週火曜日・金曜日<br>午後6時30分～午後8時30分                                    | 初心者も大歓迎                      |
| 小中学生サッカー教室   | 板山グラウンド               | (通年) 毎週土曜日<br>午前9時～正午  | 初心者も大歓迎                      |
| 吹き矢教室        | ふれあいの森体育室             | (通年) 毎月第2・第4金曜日<br>午後1時30分～午後3時                                      | 集中力・心肺機能の向上に効果が<br>あります      |

▽ そのほかの活動(会員は特別料金(教室は無料)で参加できます)

| 種目                   | (開催時期)回数         |
|----------------------|------------------|
| 体力テスト                | (5月予定) 年1回       |
| バスハイク                | (8月予定) 年1回       |
| グラウンドゴルフ大会           | (10月予定) 年1回      |
| ボウリング大会              | (翌年2月予定) 年1回     |
| ミニテニス教室              | (5月～9月) 全5回      |
| ジュニアスポーツ教室ニュースポーツコース | (5月～翌年2月予定) 全10回 |
| ジュニアスポーツ教室バドミントンコース  | (5月～翌年2月予定) 全10回 |
| ジュニアスポーツ教室陸上コース      | (5月～翌年3月予定) 全10回 |
| ジュニアスポーツ教室剣道コース      | (7月・9月予定) 全17回   |
| ジュニアスポーツ教室ソフトテニスコース  | (7月・8月予定) 全10回   |
| ジュニアスポーツ教室卓球コース      | (7月・8月予定) 全5回    |

■ 受付開始日 3月1日(金)

※ ジュニアスポーツ教室については  
4月以降の申し込みとなります。

■ 受付日時 月曜日・火曜日・水曜日・

金曜日・土曜日の午前9時～正午

■ 場所 アクティブあぐい事務所

(阿久比スポーツ村クラブハウス内)

■ 年会費(スポーツ保険料は別)

▽ 大人 3,000円

▽ シニア(65歳以上) 2,500円

▽ ジュニア(中学生以下) 2,000円

■ 問い合わせ先

アクティブあぐい(担当 竹内)

☎090(6617)9101