



No.81 令和2年2月予定表 オリジナルプログラム

2020年オリンピック・パラリンピックが日本で開催されます。オール水元スポーツクラブで多くのプログラムを体験し、オリンピック・パラリンピックを楽しく観戦しましょう。

《アドバンスプログラムを裏面に掲載しました》

No	曜日	プログラム名	日	時間帯			会場
				午前	午後	夜	
1	月	リフレッシュ健康体操	3・10・24	一部9時30分～10時30分 二部10時45分～11時45分			水元学び交流館レクホール
2		マクラメ編み教室	3		14時～16時		水元総スポクラブハウス
3		バドミントン	10・17・24			19時～21時	葛美中学校校体育館
4		ナイター硬式テニス	3・10・17・24			19時～21時	水元スポーツセンターテニスコート
5	火	気功	4・11・25	10時～11時30分			水元学び交流館レクホール
		健康吹矢	4・11・18・25		14時～16時		水元総スポ第一・第二会議室
7	水	バウンドテニス	5・12・26		13時～15時		水元学び交流館レクホール
8		茶道・お点前教室	19		14時～16時30分		水元学び交流館 和室
9		楽しい卓球	5・12・26	18時30分～20時30分			水元学び交流館レクホール
10	木	練功教室	6・13・20・27	9時30分～11時			水元総スポ第一・第二会議室
11		押し花教室	13	9時30分～11時30分			水元総スポクラブハウス
12		ラケットテニス	6・13・20			19時～20時30分	花の木小学校校体育館
13		健康ヨガ	6・13・20・27	19時30分～20時30分			水元総スポフィットネススタジオ
14		フォークダンス	13・27		14時～16時		水元総スポフィットネススタジオ
15	金	スポーツ(健康)ダーツ	7・14・21・28		14時～16時		水元総スポ第一・第二会議室
16		イス体操教室	14・28		13時30分～14時30分		水元学び交流館 視聴覚室
17	土	現代俳画(水墨画)教室	8		14時～16時		水元総スポ第一会議室
18		ノルディックウォーキング	8・22	9時30分～11時30分			都立水元公園周辺・その他・外歩き
19		カローリング	1		14時～16時		飯塚小学校校体育館
20		スナッグゴルフ	工事の為中止	9時～11時			水元小学校校庭
21		シェイプアップウォーキング	1・8・22	9時～9時40分			水元総スポ第一・第二会議室
22		パワー・ヨガ	1・8・22	9時50分～10時50分			水元総スポ第一・第二会議室
23	日	ノルディックウォーキング	2・16	9時30分～11時30分			都立水元公園周辺・その他・外歩き
24		スナッグゴルフ	2・16		13時～15時		水元小学校校庭
25		スポーツ太鼓	2・16			19時～20時30分	水元学び交流館 視聴覚室

※ 屋外での種目は雨天、荒天の場合中止となることがございます。* 開始1時間前に下記までお問い合わせ下さい。

屋外種目の当日の実施状況等はホームページやフェイスブックからも閲覧・確認できます。

※ プログラムNo2、8、11、17につきましては指導・準備の都合上【事前申し込み制】とさせていただきます。材料費として実費が必要となります。

※ プログラムNo.18、23(ノルディックウォーキング)は雨具のご用意をお願いします。リュック等が活動し易いと思います。

※ スポーツプログラムについては、動きやすい服装でご参加ください。水分補給につきましてもご自身でご用意下さい。

※ 体育館及び室内で行うプログラムについては、室内用運動に適したシューズでご参加下さい。

※ 小中学生の参加について…夜間プログラム(18時以降)の参加は必ず保護者もしくは成人の同伴、送迎をお願いします。

* ナイター硬式テニス雨天時、開催有・無の問合せで17時以降は水元総合スポーツセンター体育館＝電話 03-3609-8182へ願います



一般社団法人

オール水元スポーツクラブ

掲 示 板 2月号 No.81



- * 今年は半世紀振りに日本でオリンピック・パラリンピックが開かれます、この機会にプログラムに参加し楽しみましょう。水元総合スポーツセンターも事前練習会場に予定されており、7月～8月にかけてプログラムの会場変更や使用不能が発生することがあります。日程等判りましたらお知らせいたします。
- * 応募いただいた10周年記念“川柳”の一部作品を紹介いたします。
 - ・この十年 ボールや絵筆で 気力増し 『和子作』
 - ・健康と 始めたクラブ 友作り 『けい子作』 3月号からは表彰作品を順次紹介します。
- * 2月13日(木)～22(土)まで学び交流館レクホールが工事の為、一部のプログラムが中止になります。

アドバンスプログラム	月 金	トランポリン・スクール&クラブ (未就学児から大人まで)	日 程	時 間 帯			水元総スポ・サブアリーナ
				午前	午後	夜間	
アドバンスプログラム	月 金	トランポリン・スクール&クラブ (未就学児から大人まで)	3・10・17・24	トランポリンスクール&クラブ		16時30分～20時	水元総スポ・サブアリーナ
			7・14・21・28	大人・ファミリー・スクール・クラブ コース 14時～18時30分			
	火	はじめてジャズダンス	4・18・25	9時30分～11時			水元総スポ・第一・第二会議室
	水	元気体操教室	5・19・26	16時30分～17時30分			水元総スポ・サブアリーナ
月 金	書道教室	7・21	9時30分～11時			水元総スポ・地域交流ホールA	
			7・14・21・28	16時30分～18時			水元総スポ・第二武道場

報告

1月5日(日)～ 今年のプログラムが開始しました
スポーツ太鼓が元気にスタートしました



2020年1月5日初打ち

1月15日(水) 茶道・お点前教室 初釜

お点前



予定

1月25日(土) 柴又七福神めぐり (高砂駅～柴又周辺)

1月31日(金)～ 中学生限定スキー教室&競技会
2月2日(日) ニュー・グランピア津南スキーリゾート(新潟県)



過去のスキー教室

2月15日(土) アニバーサリーフェスタ2020 会員の皆様の多数参加をお願いします。
10周年記念行事の一環として“川柳”の優秀作品発表と表彰。
金賞・銀賞・銅賞・佳作(3作品)
スペシャルトークショーでプロ野球名球会から谷繁元信氏と中村紀洋氏が講演します。

3月8日(日) かつしかふれあいRUNフェスタ2020(堀切水辺公園)
応募参加者は各クラス定員に達しました。

3月14日(土) オール水元スポーツクラブ設立10周年記念式典
式典や事前の準備等に会員の皆様のご協力をお願いいたします。

事務局・会計部からのお願い

令和2年度分の年度会費＝2,000円(保険料含む)を4月の会費とあわせて御準備下さい。

* クラブを月単位で『休みたい時、やめたい時』は、お早めに事務局にご連絡をお願いします。



一般社団法人 オール水元スポーツクラブ
クラブハウス

〒125-0032 東京都葛飾区水元1-23-1 葛飾区水元総合スポーツセンター体育館内1階

【クラブハウス開設日・時】 月～土 午前10時～12時 午後1時～5時

ホームページアドレス all-mizumoto-sc.jp/

Tel. 03-5876-9188

Fax. 03-5876-9189