



No.99 令和3年8月予定表 オリジナルプログラム

東京2020オリンピックが7月23日から、パラリンピックは8月24日から行われます。今大会は東京周辺会場の種目は無観客観戦となりました。テレビ等で選手達を応援しましょう。 **8月13日(金)～16日(月)**まで夏季休業となります、この期間の全プログラムとクラブハウスは休みとなります。下記の日程をご確認の上、熱中症対策も怠らずご参加下さい。

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	2・9・・30	前半 9時30分～10時30分 後半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	23		14時～16時		水元総スポ・地域交流ホールA
3		バドミントン	9・23・30			19時～20時	葛美中学校体育館
4		ナイター硬式テニス	2・9・23・30			19時～20時	水元総スポ・テニスコート
5	火	気功	3・10・17・24	10時～11時30分			水元学び交流館レクホール
6		健康吹矢	3・17・24・31		14時～14時55分 15時～15時55分		水元総スポ第一・第二会議室
7	水	バウンドテニス	4・11・18・25		13時～15時		水元学び交流館レクホール
8		茶道・お点前教室	18		14時～16時30分		水元学び交流館 和室
9		楽しい卓球	4・11・18・25			18時30分～20時	水元学び交流館レクホール
10		スナッグゴルフ	4・18	9時～11時			水元総スポ・多目的広場
11	木	練功教室	5・12・19・26	9時～9時50分 10時～10時50分			水元総スポ第一・第二会議室
12		押し花教室	中止				
13		ラケットテニス	5・12・19・26			19時～20時	花の木小学校体育館
14		健康ヨガ	5・12・19・26			19時～20時	水元総スポフィットネススタジオ
15		フォークダンス	中止				
16	金	スポーツ(健康)ダーツ	6・20・27		14時～16時		水元総スポ第一・第二会議室
17		イス体操教室	6・20		13時30分～14時30分		水元学び交流館 視聴覚室
		スナッグゴルフ	27	9時～11時			水元総スポ・多目的広場
18	土	はつらつ健康体操	6・・27	10時30分～11時30分			金町地区センター5Fホール
19		現代俳画(水墨画)教室	28		14時～16時		水元総スポ第一会議室
20		ノルディックウォーキング	熱中症対策の為中止				
21		カローリング	7・21		14時～16時		飯塚小学校体育館
22	日	シェイプアップ・ウォーキング	7・21・28	9時～9時25分 9時30分～9時55分		2部制で実施	水元総スポ第一・第二会議室
23		パワー・ヨガ	7・21・28	10時～10時50分			
	日	ノルディックウォーキング	熱中症対策の為中止				
24		スポーツ太鼓	1・・22			19時～20時	水元学び交流館視聴覚室

※ 屋外での種目(ノルディックウォーキングやナイター硬式テニス)は雨天、荒天の場合等で中止となることがございます。

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・確認できますのでご確認の上でご参加ください。

- ・ ナイター硬式テニス開催可否照会で **17時以降**は水元総合スポーツセンター体育館受付 電話 03-3609-8182へ願います。
- ・ 朝9時予定のノルディックウォーキングの開催可否は、事務局不在の為午前8時前後の天気予報等でご自身で判断下さい。

※ プログラムNo.20ノルディックウォーキングは雨天に備え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。

※ プログラムNo.2、8、12、19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。

※ 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。“熱中症対策”で水分補給の用意はご自身でお願いします。

※ 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ください。

※ 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。



一般社団法人

オール水元スポーツクラブ

掲示板 8月号 No.99



かつしか地域スポーツクラブ

- * 7月23日～ 東京オリンピック開催 *8月24日～ パラリンピックが開催予定！
東京近辺地区の観戦が残念ながら無観客となってしまいました。自宅等で出場各選手を応援しましょう。
- * 暑さ対策をして“熱中症”にならない様に体調管理に気を配りましょう。
- * 今月の一句 (クラブ設立10周年記念で応募いただいた作品から選びました。)
「この10年 ボールや絵筆で 気力増し」 和子作

4度目の緊急事態宣言発出中			時間帯			
		午前	午後	夜間		
月	トランポリン・ジュニア	23・30	ジュニア	I 16時30分～17時30分 II 17時30分～18時30分	水元総スポ・サブアリーナ	
	トランポリン・クラブ		クラブ	I 16時30分～18時 II 18時10分～19時40分		
金	トランポリン (大人・キッズ・ジュニア・クラブ)	20・27	大人 キッズ ジュニア・クラブ	14時～15時 15時～16時 I 16時15分～17時15分 II 17時15分～18時15分		
火	はじめてジャズダンス	3・17・24・31	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	18・25		16時30分～17時20分 17時30分～18時20分	2部制で実施 水元総スポ・サブアリーナ	
金	書道教室	6 20	9時30分～11時		水元総スポ・第一会議室 水元総スポ・地域交流ホールA	
	フラスクール (ケイキクラス・カブアクラス)	6・20・27		16時30分～18時	水元総スポ・第二武道場	

報告

- * 7月4日(日) 都立特別支援学校活用促進事業 “ブラインドサッカー教室”
水元小合学園第一体育館で開催 *7月18日(日) 予定は緊急事態宣言発出の為中止になりました。
- 7月8日(木) 各プログラムの運営委員の皆様が集まっていたいただき、2年ぶりに開催しました。
・プログラム中に体調不良や事故等で救急車出動になった時の“緊急連絡先”の取り扱いについてを協議。
会員の皆様には後日記入をお願いすることになります、その節にはご協力をお願いいたします。
- * 7月26日(月)～8月5日(木) = 全6回 区・協働事業 夏休みジュニア・ランニングスクール(低学年・高学年)各30名定員
各コース定員30名に2倍以上の多数の応募をいただき抽選とさせていただきます。
日程 7月26日(月)・27日(火)・29日(木)・8月2日(月)・3日(火)・5日(木) 雨天時の予備日8月16日(月)・17日(火)
会場 水元総合スポーツセンター 多目的広場 低学年16時30分～ 高学年17時30分～

予定

- * 8月30日(月)～10月25日(月)1期=全6回 **ジュニア育成硬式テニス教室** 小学3年～6年生対象
日程 8月30日(月)9月13日(月)27日(月)10月4日(月)18日(月)25日(月)
雨天時の予備日11月1日(月)8日(月)
会場 水元総合スポーツセンターテニスコートA・B面 午後5時～7時
募集人数 30人(定員を超えた時は抽選とさせていただきます)
- * 参加型プログラムからのお知らせ
 - ・写経会 8月5日(木) 募集人数 15名 参加費500円
会場 水元学び交流館和室
 - ・パルーンアート教室 8月4日(水)・9月1日(水)・10月6日(水)・11月3日(水) 参加費1期4回2,800円 1回700円
会場 水元学び交流館 第三集会室
- * 会員さんの作品展示が水元公園グリーンプラザで 8月4日(水)～9月3日(金)まで展示しております。
水元公園を散策がてらご鑑賞ください。
- * 折り紙教室 8月26日(木) 水元学び交流館第三集会室
- * 9月22日(水) シニアスポーツ振興事業ふれあいグラウンド・ゴルフ大会 雨天予備日=9月29日(水)
会場 水元総合スポーツセンター多目的広場



夏季休業のお知らせ

8月13日(金)～16日(月)まで夏季休業とさせていただきます。

事務局・会計部からお願い

*クラブを月単位で『休みたい時、やめたい時』は、会費の事務作業上、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

かつしか地域スポーツクラブ