

地域スポーツクラブ事業 中部 クラブ活動の部員を募集します

10月

「部活は引退したけどチームスポーツがしたい!」「新しい仲間とスポーツをやりたい!」
など18歳以上の方を対象に毎週行うクラブ活動です

開催教室	曜日	時間	日程	対象者	場所	参加料	定員	内容	講師名
バレーボール	火	11:45 ~ 13:45	3日 10日 17日 24日 31日	地域スポーツクラブ 個人会員 18歳以上	体育館	¥2,500	20名	パス、サーブ、レシーブなどの基本練習から技術レベルアップまで指導	中野区バレーボール協会
卓球	水	18:30 ~ 20:30	4日 11日 18日 25日	地域スポーツクラブ 個人会員 18歳以上	体育館	¥2,000	20名	ラケットの握り方やルール説明、そして卓球を通じた仲間づくりの場を提供	中野区卓球連盟
バスケットボール	木	18:30 ~ 20:30	5日 12日 19日 26日	地域スポーツクラブ 個人会員 18歳以上	体育館	¥2,000	20名	パス、ドリブル、シュートという基本練習からゲーム形式まで指導	中野区 バスケットボール協会
健康スポーツ吹矢	金	10:00 ~ 12:00	6日 13日 20日 27日	地域スポーツクラブ 個人会員 18歳以上	体育館	¥2,000	30名	離れた円形的めがけて息を使って矢を放ち、得点を競うスポーツです。	高木亀介 上田浩
フットサル	土	10:00 ~ 12:00	7日 14日 21日 28日	地域スポーツクラブ 個人会員 18歳以上	体育館 (28日は屋外運動場)	¥2,000	20名	パス、ドリブル、シュートという基本練習からゲーム形式まで指導	中野フットサルクラブ

注意事項

- ・各種目には専門の指導者がつくため、はじめての方でも参加できます。
- ・各種目に必要な技術を身につけるための練習やトレーニングを行います。
- ・慣れてきたら、試合や競技形式の練習を行います。
- ・持ち物はご本人の個人会員証、運動できる服装、室内用シューズ、飲み物、タオルです。

受付け方法

【窓口での申込】 **9月20日 9:30**より、中部スポーツコミュニティプラザにて
先着順で受付開始いたします。

【お電話での申込】 **9月21日 9:30**より、お電話での申込を受け付けます。

- ・『地域スポーツクラブ個人会員』の登録が必要です。
- ・参加料は月謝制で、活動日初日までに一括払いとなります。
- ・体験(無料)は1クラブ1回参加可能です

