



一般社団法人
オール水元スポーツクラブ



掲 示 板 6月号 No.73

10連休の長いゴールデンウィークは有意義に過ごせましたでしょうか？
6月は水元公園の菖蒲が見ごろです、お出かけ下さい。 菖蒲・アヤメ・カキツバタの違いが判りますか？
《季節感たっぷりの菖蒲色の10周年記念ポロシャツ販売中です、この機会にいかがですか》

アドバン ス プ ロ グ ラ ム	月	金	時 間 帯			
			午前	午後	夜間	
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・11・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
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
	フラスクール	7・14・21・28	16時30分～18時30分			水元総スポ・第二武道場

6 月 の 予 定	6月10日(月)	パッククッキング教室	午前11時～午後2時	費用 1,500円	水元学び交流館調理室
	6月12日(水)	浴衣の着付け教室	午前10時～12時	費用 300円	水元学び交流館室和室
	6月30日(日)	花の寄せ植え	午前10時～12時	費用 1,500円	水元総スポセンター北側車寄せ

詳細につきましてはパンフレットをご覧ください

報告

4月24日(水)オール水元スポーツクラブ定期総会が葛飾区生涯スポーツ課
新任南部剛課長と宮本閑主査同席のもと行われました。
今年度の年間予定・予算などを審議、2020年3月に
迎える予定の10周年に向けて、さらに準備を始めます。
その際の①メッセージボード作成のハートピースや②クラブを
イメージする「川柳」の投稿をお願いする事になります。
詳細は別途・別紙にてご案内させていただきます。奮ってご参加とご協力をお願いします。

総
会
風
景



5月14日・16日・21日・23日 外部指導者(アテネ・オリンピック大会400m
リレーで4位=伊藤友広氏とスタッフ)による
“0.01への挑戦SPRINTスクールかけっこ教室”
小学校=低学年36名 高学年23名
総合スポーツセンター多目的広場で開催



予定

5月27日(月)～6月16日(日) 水元公園菖蒲まつりが開催されます。
オール水元スポーツクラブの会員さんも出演します。
8日(土)午後3時ごろ～気功のメンバーが舞台発表します。
16日(日)午後3時ごろからフラダンスの皆さんが舞台上で披露します。
皆様応援に来てください。



昨年の発表風景

6月23日(日) 2019年西水元地区合同夏季研修会

6月29日(土) 午後1時～5時まで 硬式テニス(都立葛飾総合高校テニスコート2面)

お友達を誘ってプレーをしませんか。 現地集合・解散 参加費無料です

* 10周年に向けて

メッセージボードに貼る“ハートピース”と“川柳”を受付けします、傑作を
お待ちしております。 募集要項は別紙にてご案内します

“今日こっち 明日は何で たのしーか”

- 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



No.73 令和元年6月予定表 オリジナルプログラム

都立水元公園の菖蒲が一番良い季節となりました、体を動かしましょう。

《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・17	一部 9時30分～10時30分			水元学び交流館レクホール
				二部 10時45分～11時45分			
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・18・25	10時～11時30分			水元学び交流館レクホール
6		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・19・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・19・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・27			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・15		14時～16時		飯塚小学校校体育館
20		スナッグゴルフ	29	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・15・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・15・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ください。

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ください。

※ 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。

* 夜間屋外プログラム雨天時開催有・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