



一般社団法人

オール水元スポーツクラブ

掲 示 板 12月号 No.91



* この1年間新型コロナウイルス感染予防対策のため予定された行事が規制や制限されて不自由なことでした。今年も残り少なくなりましたがクラブでは年末28日までプログラムが組まれておりますので奮ってご参加ください。

アドバンス・プログラム	日	時 間 帯			
		午前	午後	夜間	
トランポリン・ジュニア	7・14・21	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 17時～18時30分 II 18時30分～20時		
トランポリン (大人・キッズ・ジュニア・クラブ)	4・11・18	大人	14時～15時		
	11・18	キッズ	15時～16時		
トランポリン (大人・キッズ・ジュニア・クラブ)	11・18	ジュニア・クラブ	I 16時15分～17時15分 II 17時15分～18時15分		
はじめてジャズダンス	1・8・15・22	9時30分～11時		水元総スポ・第一・第二会議室	
元気体操教室	2・16・23		16時30分～17時30分	水元総スポ・サブアリーナ	
書道教室	4・18	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 (ケイキクラス・カフアクラス)	4・11・18		16時30分～18時	水元総スポ・第二武道場	

報告

* 10月21日(水) シニア振興事業 ふれあいグラウンドゴルフ大会
当日男女合わせて156名が参加
男子の部で会員の野口 実氏が2位に入りました。



* 10月30日(金) 葛飾区民スポーツ秋季吹矢大会で会員大活躍
(会場=水元総合スポーツセンターアリーナ)

6m	男子の部		2位 萩谷喜良	3位 赤川芳晴
	女子の部			3位 中島喜美子
8m	男子の部	1位 安達健一		3位 山本正雄
	女子の部	1位 川村慶子		3位 手嶋文子
10m	男子の部	1位 磯崎秀義		
	女子の部	1位 船山政子	2位 磯崎久子	

(敬称略)

次回予定2021年3月28日(日)水元総合スポーツセンター

* 11月22日(日)午前10時～11時 花の寄せ植え 場所=水元総合スポーツセンター北側車寄せ
壁掛け型バスケットに可愛いパンジーを植える予定。

予定

* 12月6日(日)第7回葛飾区トランポリン交流大会 水元総合スポーツセンター アリーナ
当日は演技者と付き添いは親御さんなどに限定し、
新型コロナウイルス感染予防対策を施して行います。



年末・年始休業日 12月29日(火)～2021年1月4日(月)までクラブ事務所はお休みになります。

事務局・会計部から

* 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



No.91 令和2年12月予定表 オリジナルプログラム

激動の2020年も残り1ヶ月となりました、新しい年に向けて心身とも健やかであります様、プログラムにご参加ください。
*ラケットテニスが再開しました。

No	曜日	プログラム名	日	変更有り			会場
				午前	午後	夜	
1	月	リフレッシュ健康体操	7・14・28	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	7		14時～16時		水元総スポ・地域交流ホール
3		バドミントン	14・21・28			19時～21時	葛美中学校体育館
4		ナイター硬式テニス	7・14・21・28			19時～21時	水元総スポ・テニスコート
5	火	気功	1・8・15・22	10時～11時30分			水元学び交流館レクホール
6		健康吹矢	1・8・15・22		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	2・9・16・23		13時～15時		水元学び交流館レクホール
8		茶道・お点前教室	16		14時～16時30分		水元学び交流館 和室
9		楽しい卓球	2・9・16・23			18時30分～20時30分	水元学び交流館レクホール
10		スナッグゴルフ	2・16	9時～11時			水元総スポ・多目的広場
11	木	練功教室	3・10・17・24	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	10	9時30分～11時30分			水元総合スポーツセンター内
13		ラケットテニス	3・10・17・24			19時～20時30分	花の木小学校体育館
14		健康ヨガ	3・10・17・24			19時30分～20時30分	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	4・11・18・25		14時～16時		水元総スポ第一・第二会議室
17		イス体操教室	11・25		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	11・25	9時～11時			水元総スポ・多目的広場
18		はつらつ健康体操	11・25	10時30分～11時30分			金町地区センター5Fホール
19	土	現代俳画(水墨画)教室	12		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	12・26	9時30分～11時30分			都立水元公園周辺・その他外歩き
21		カローリング	5・19		14時～16時		飯塚小学校体育館
22		シェイプアップウォーキング	5・12・19・26	9時～9時40分			水元総スポ第一・第二会議室
23		パワー・ヨガ	5・12・19・26	9時50分～10時50分			水元総スポ第一・第二会議室
	日	ノルディックウォーキング	6・20	9時30分～11時30分			都立水元公園周辺・その他外歩き
24		スポーツ太鼓	6・20			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。確認の上でご参加ください。

※ プログラムNo2、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。

※ プログラムNo20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。

※ ナイター硬式テニスの雨天時間問い合わせで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