



No.102 令和3年11月 プログラム

今月号から文字を大きくし、4ページにしました。

緊急事態宣言が解除され日常生活が少し戻って参りました。今後もマスク着用・手指の消毒・三密対策等は引き続き行ってください。

9月22日(水)オール水元ふれあいグラウンド・ゴルフ大会が151人参加で午前(水元地区)・午後(西水元地区)に分かれて、3密対策を施して行いました。(開会式の新理事長と新事務局長)



10月10日(日)かつしかスポーツフェスティバル2021が水元総合スポーツセンターで行われました。バルーンアートでは、作品を当日の参加賞としてお子さんに配布、好評でした。トランポリンでは大人・子供が体験参加して楽しんでいました。



バルーンで会場の各部を飾り付けしました



トランポリン体験

11月 オリジナルプログラム

水元学び交流館が2021年11月8日～2022年2月末まで施設工事で会場の使用ができません。プログラムの会場と時間に変更になっております。参加される際は確認の上で会場にお越しください。

				時間・会場等に変更が有ります
曜日	プログラム名	日にち	時間	会場
月	リフレッシュ健康体操	1日	1部 9:30～10:30 2部 10:45～11:45	水元学び交流館 レクリエーションホール
		8・15・29日	1部 9:00～9:50 2部 10:00～10:50	水元総合スポーツセンター 第二武道場
	マクラメ網み教室 ※1	1日	14:00～16:00	水元総合スポーツセンター 地域交流ホールA
	ナイター硬式テニス ※2	1・8・15・22日	19:00～21:00	水元総合スポーツセンター テニスコート
	バドミントン	8・15・22日	19:00～21:00	葛美中学校 体育館
火	気功	2日	10:00～11:30	水元学び交流館 レクホール
		9・16・30日	9:30～11:00	水元総スポ 第二武道場
	バウンドテニス	16・30日	14:00～16:00	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
	健康吹矢	2・9・16・30日	1部 14:00～14:55 2部 15:00～15:55	水元総合スポーツセンター 第一・第二会議室
楽しい卓球	16日	16:30～18:30	水元総スポ サブアリーナ	
水	スナックゴルフ	17日	9:00～11:00	水元総合スポーツセンター 多目的広場
	バウンドテニス	3日	13:00～15:00	水元学び交流館 レクホール
		24日	14:00～16:00	水元総スポ サブアリーナ
	楽しい卓球	3日	18:30～20:30	水元学び交流館 レクホール
茶道・お点前教室	中止			
木	押し花教室 ※1	11日	9:00～11:00	水元総合スポーツセンター 地域交流ホールC
	練功教室	4・11・18・25日	1部 9:00～9:50 2部 10:00～10:50	水元総合スポーツセンター 第一・第二会議室
			楽しい卓球	25日
	ラケットテニス	4・11・18・25日	19:00～20:30	花の木小学校 体育館
	健康ヨガ	4・11・18・25日	19:00～20:00	水元総合スポーツセンター フィットネススタジオ
	フォークダンス	中止		
金	スナックゴルフ	5・26日	9:00～11:00	水元総合スポーツセンター 多目的広場
	はつらつ健康体操	5・19・26日	10:30～11:30	金町地区センター 5Fホール
	イス体操	12・26日	14:30～15:30	水元総合スポーツセンター 地域交流ホールA・B
	スポーツ(健康)ダーツ	5・12・19・26日	14:00～16:00	水元総合スポーツセンター 第一・第二会議室
土	シェイプアップ・ウォーキング	6・13・20・27日	9:00～9:40	水元総合スポーツセンター 第一・第二会議室
	パワー・ヨガ	6・13・20・27日	9:50～10:50	水元総合スポーツセンター 第一・第二会議室
	ノルディックウォーキング ※3	6・20日	9:30～11:30	水元公園 及び 地域周辺道路
	現代俳画(水墨画)教室 ※1	13日	14:00～16:00	水元総合スポーツセンター 第一会議室
	カローリング	20日	14:00～16:00	飯塚小学校 体育館
日	ノルディックウォーキング ※3	14・28日	9:30～11:30	水元公園 及び 地域周辺道路
	スポーツ太鼓	7日	19:00～20:00	水元学び交流館 視聴覚室

11月 アドバンスプログラム

曜日	プログラム名	日にち	時間	会場
月	ジュニア育成硬式テニス教室	予備日 1・8日	17:00~19:00	水元総合スポーツセンター テニスコートA面・B面
	トランポリン・ジュニア	1・8・15・22・29日	I 16:30~17:30 II 17:30~18:30	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
	トランポリン・クラブ	1・8・15・22・29日	I 16:30~18:00 II 18:10~20:00	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
	障がい者トランポリン	1・8・15・22日	18:30~19:30	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
火	はじめてジャズダンス	2・9・16・30日	9:30~11:00	水元総合スポーツセンター 第一・第二会議室
水	元気体操教室	17・24日	1部 16:30~17:20 2部 17:30~18:20	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
金	書道教室	5・19日	9:30~11:00	水元総合スポーツセンター 地域交流ホールA
	トランポリン・大人	5・12・19・26日	14:00~15:00	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
	トランポリン・キッズ	5・12・19・26日	15:00~16:00	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
	トランポリン・ジュニア	5・12・19・26日	I 16:15~17:15 II 17:15~18:15	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
	トランポリン・クラブ	5・12・19・26日	I 16:15~17:15 II 17:15~18:15	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
	フラスクール (ケイキクラス・カフアクラス)	5・12・19・26日	16:30~18:00	水元総合スポーツセンター 第二武道場

11月 参加型プログラム

曜日	プログラム名・定員	日にち・費用	時間	会場
水	バルーンアート教室 15人	3日 1期4回2,800円 1回 700円	13:30~15:00	水元学び交流館 第3集会室
木	折り紙教室 15人	25日 1期3回1,800円 1回 600円	10:00~12:00	西水元地区センター 和室

注意事項

- ※1 マクラメ編み教室・押し花教室・現代俳画教室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。
- ※2 屋外の種目(ナイター硬式テニス)は雨天、荒天の場合等で中止となる場合がございます。17時以降の場合、電話 03-3609-8182(水元総合スポーツセンター体育館受付)へお問い合わせ下さい。
- ※3 朝9時30分予定のノルディックウォーキングの開催可否は、天気予報で判断されるか上記スポーツセンター受付に電話照会して下さい。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。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確認できますのでご確認の上でご参加ください。
- ☆ 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



かつしか地域スポーツクラブ

掲示板 11月号

* 11月から来年2月まで水元学び交流館が施設工事が始まります、そのためプログラム種目(リフレッシュ体操・気功教室・バウンドテニス・楽しい卓球・イス体操・スポーツ太鼓等)は実施会場と時間に変更になりますので参加される時は、時間・会場を確認の上でお出かけ下さい。

* スポーツの秋・読書の秋・食欲の秋など一年で一番良い季節です。新型コロナで運動不足になりがちな体を動かして健康維持に努めましょう。

* 緊急事態宣言が解除されました。冬に向かい換気がおろそかになる季節となります。引き続き感染予防対策(マスク着用・手指消毒や室内換気・3密対策)に留意して健康管理をして下さい。

* 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)
「シャトル打つ かすんで空振り 我れ老眼」 明子作

報告

9月22日(水)シニア振興事業 ふれあいグラウンド・ゴルフ大会が行われました。

10月10日(日)スポーツフェスティバルが水元総合スポーツセンターで開催されました。

予定

ふれあいフェスタ2021	10月31日(日)	事前参加申込み制	トランポリン・ラケットテニス・ダーツ・スナックゴルフ・カローリング・バスケット3×3・フラインド・サッカー他	水元総合スポーツ・センター各施設
第8回トランポリン交流大会	12月5日(日)	10月19日締め切り	ユニバーサル大会	水元総合スポーツ・センター

・事務局から

新型コロナウィルス緊急事態宣言が9月30日に解除されました。まだまだ油断出来ないと思います。

今後の状況次第でプログラム変更が発生するかも知れませんのでご注意ください。

変更等のお知らせはインターネット・ホームページ上に掲載致しますのでご確認ください。

・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、金融機関へ手続き作業が有りますので、出来るだけ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(祝日開設) 午前10時～12時 午後1時～5時

日曜日は休みです、第二水曜日は体育館全体が休み

ホームページアドレス all-mizumoto-sc.jp/
Tel. 03-5876-9188 Fax. 03-5876-9189

