



かつしか地域スポーツクラブ

No.96 令和3年5月予定表 オリジナルプログラム

福島県からオリンピックの聖火が日本全国を一周することになり走り出しました、オリンピック・パラリンピックが無事に開催されることを祈ります。
* 緊急事態宣言の発出に伴い4月25日(日)～5月11日(火)までプログラムは休みに
なります。

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	17・31	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	中止		14時～16時		水元総スポ・地域交流ホールA
3		バドミントン	17・24			19時～20時	葛美中学校体育館
4		ナイター硬式テニス	17・24・31			19時～20時	水元総スポ・テニスコート
5	火	気功	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	18・25		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	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	12・19・26			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	19	9時～11時			水元総スポ・多目的広場
11	木	練功教室	13・20・27	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	13	9時～11時			水元総スポ・地域交流ホールC
13		ラケットテニス	13・20・27			19時～20時	花の木小学校体育館
14		健康ヨガ	13・20・27			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	14・21・28		14時～16時		水元総スポ第一・第二会議室
17		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
		スナッグゴルフ	14・28	9時～11時			水元総スポ・多目的広場
18	土	はつらつ健康体操	21・28	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	中止		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	22	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	15		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	15・22・29	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	15・22・29	10時～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	16・30	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	16			19時～20時	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。

※ ナイター硬式テニスの雨天時間い合わせで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。

※ 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。

※ プログラムNo.20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。



一般社団法人

オール水元スポーツクラブ

掲示板 5月号 No.96



2021.4.24訂正

- * 風薫る5月になり、体を動かして健康作りをしましょう。
- * 東京オリンピック・パラリンピックの聖火リレーが始まりました。オリンピック代表の出場選手にとっては大事な時期で最終仕上げの段階と思われます。
- * 今月の川柳一句 (10周年記念で応募いただいた作品のなかから選びました。)
「ボケないよ 健康ダーツで 皆元気」 ます子作

緊急事態宣言が発出され4月25日(日)~5月11日(火)まで各施設使用不可の為プログラム日程変更有り。

アドバンス・プログラム		日	時間帯			時間変更有り
			午前	午後	夜間	
月	トランポリン・ジュニア	17・24・31	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)	14・21・28	大人	14時~15時		
			キッズ	15時~16時		
			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		
火	はじめてジャズダンス	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	19・26		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	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 (ケイキクラス・カブアクラス)	14・21・28		16時30分~18時		水元総スポ・第二武道場

報告

- * 新型コロナウイルス感染拡大が未だに収束の目途がたない日が続いておりますが、3密注意、マスク着用、手洗いの励行など感染防止には万全を期してください。
- * 4月12日(月)~5月11日(日)までの一ヶ月間「まん延防止等重点措置」が発令されプログラムの終了時間が午後8時までに退出することになりました。ご迷惑をお掛けしますがご協力の程お願いします。
- * 緊急事態宣言が発出され4月25日(日)~5月11日(火)まで各プログラムは中止になります。
- * 4月1日(木)~5月14日(金) 水元公園グリーンプラザ室内展示場
現代俳画教室と折り紙教室の会員さんの作品が展示されてます。
- * 4月13日(火) 葛飾区民グラウンド・ゴルフ春季大会(柴又少年野球場・柴又球場)
女子の部 クラブ会員の中根キヨ子さん見事優勝。
- * 4月28日(水) 定期総会 水元総合スポーツセンター地域交流ホールA・B 午後7時~
西水元飯塚新町会 町会会館に変更。



予定

- * 6月26日(土) 硬式テニス体験とプレーを楽しみませんか!
葛飾総合高校テニスコート2面を使用して13時~17時まで4時間を予定。
クラブ会員と会員外の人も参加できます。参加費無料。
葛飾総合高校正門内に現地集合・現地解散。お車での参加はできません。

お知らせ

オール水元スポーツクラブ設立10周年記念式典で披露できませんでした「おかげさまで10周年!フォトアルバム」をホームページで会員さん限定としてご覧になれます。お楽しみください。

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