



令和4年12月 プログラム



NO.115

令和4年も残り少なくなりました、年頭に唱えた目標はいかがでしたでしょうか。
何はともあれ無事であれば良しとしましょう。

- * ふれあいフェスタ2022が予定300人のところ500人以上の申込みがあり先着順で制限をさせていただきました。当日は好天に恵まれ参加者は十分楽しんでいただけたことと思います。



室内オセロゲームに夢中で挑んでいます



大玉転がし“ボールに追いつかず”??

- * 12月4日(日)に第9回トランポリン交流大会が障がい者と健常者、175名の申し込みあり。今回は9時30分から開会式と中田大輔氏のデモンストレーションが行われます。
 - ・ 午前中はスペシャル(障がい者)の部、幼児及び小学生1・2年生の部。
 - ・ 午後は小学生3・4・5・6年の部、一般の部、オープンクラス(難度別にC・B・Aクラス)が行われます。



昨年の演技風景



昨年の表彰風景

12月 オリジナルプログラム(月会費で参加自由なプログラム)

曜日	プログラム名	日	時間	会場
月	リフレッシュ健康体操	5・12・26	1部 9:00~10:00 2部 10:15~11:15	水元学び交流館 レクリエーションホール ※4
	マクラメ編み教室 ※1	5	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	5・12・19・26	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	12・19・26	19:00~21:00	葛美中学校 体育館 ※4
火	気功教室	6・13・20・27	10:00~11:30	水元学び交流館 レクリエーションホール ※4
	健康吹矢	6・13・20・27	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
水	スナッグゴルフ	7・21	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	7・14・21・28	13:00~15:00	水元学び交流館 レクリエーションホール ※4
	楽しい卓球	7・14・21	18:30~20:30	水元学び交流館 レクリエーションホール ※4
木	押し花教室 ※1	8	9:00~11:00	水元総合スポーツセンター内
	練功教室	1・8・15・22	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
	ラケットテニス	1・8・15・22	19:00~20:30	花の木小 体育館 ※4
	健康ヨガ	1・8・15・22	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※4
金	スナッグゴルフ	2・16	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	9・23	10:30~11:30	金町地区センター 5Fホール
	イス体操	2・23	13:30~14:30	水元学び交流館 視聴覚室
	スポーツ(健康)ダーツ	2・16・23	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	3・10・17・24	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	3・10・17・24	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	10・24	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	10	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	3・17	14:00~16:00	飯塚小学校 体育館 ※4
日	ノルディックウォーキング ※3	4・18	9:30~11:30	水元公園 及び 地域周辺道路
	スポーツ太鼓	4・18	19:00~20:30	水元学び交流館 視聴覚室

12月 アドバンスプログラム(別費用で参加するプログラム)

曜日	プログラム名	日	時間	会場
月	ジュニア育成硬式テニス教室(Ⅲ期)	5・12・19・26	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(3期制)	12・19・26	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 (通年)	12・19・26	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	12・19・26	18:40~19:40	水元総合スポーツセンター サブアリーナ
火	WAKU WAKU ジャズダンス	6・13・20・27	9:15~11:00	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	7・21・28	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	2・16	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	16・23	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	16・23	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(3期制)	16・23	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 (通年)	16・23	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

☆ 小中学生の夜間プログラム(20時以降)の参加は必ず保護者もしくは成人の方に送迎をお願いします。

12月 参加型プログラム(別費用で参加するプログラム)

曜日	プログラム名	日	時間	会場
土	手芸教室(第Ⅲ期)	17	9:30~11:30	西水元地区センター 和室

注意事項

- ※1 指導・準備の都合上【事前申し込み制】です。
参加当日、**材料費(実費)**が必要です。
 - ※2 雨天、荒天等で中止となることがあります。
17時以降については水元総合スポーツセンター受付(TEL03-3609-8182)へお問い合わせ願います。
 - ※3 開催可否は、天気予報で判断されるか、水元総合スポーツセンター受付(TEL03-3609-8182)へお問い合わせ願います。また、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。急な雨に備え雨具の用意をお願いします。荷物は両手が自由になるリュック等がお勧めです。
 - ※4 室内履きの必要な施設です。**室内運動に適したシューズ**の持参使用をお願いします。
- ☆ スポーツプログラムは、**動きやすい服装・シューズ**で参加願います。
- ☆ 新型コロナウイルス感染予防対策やインフルエンザ等の健康管理には十分ご注意下さい。

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.115



報告

- 10月30日(日) 都民参加事業ふれあいフェスタ2022
水元総合スポーツセンター体育館・多目的広場等で行われました



手のひら健康バレー



射的



ミニ運動会で親子玉入れ

スポーツセンターアリーナや2階地域交流ホールと3階会議室を使つての室内各種目と、多目的広場でのミニ運動会や親子グラウンド・ゴルフなど幼児からご父兄・祖父母まで幅広いの年代に参加していただきました。

予定

- 12月4日(日) 第9回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

会員の活躍報告

11月6日(日) 西水元地区グラウンド・ゴルフ大会(水元総合スポーツセンター多目的広場)
優勝 男子の部 野口 実氏(2位以下に大差を付けて圧勝)

お知らせとお願い

- * プログラムの受付業務をお手伝いいただける方2人が加わりましたので受付担当時にはご協力をお願いいたします。
- * 年末**12月29日**～年始**1月4日**まで休業いたします。

・事務局から

*新型コロナウイルス感染の状況(第8波)次第でプログラムの変更が発生することがあります。変更につきましてはホームページ等でお知らせいた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ありますので、**前月の18日**まで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。毎月**第二水曜日は休館日**です。

ホームページアドレス all-mizumoto-sc.jp/

Tel. 03-5876-9188 FaX. 03-5876-9189

クラブQRコード

