

11・12月の定期教室のご案内

～キララの活動に参加して運動を楽しみませんか～

| 教室名 | 開催日 | 時間 | 場所 | 参加料 | 内容 |
|--------------------|--|--|-----------------------------------|-------------------------------|---|
| 陸上クラブ | 毎週水曜日 | 18:30 ～ 19:30 | スポーツ センター前 集合 | 無料 (会員のみの 活動です) | 健康増進、持久力向上を目指し、一緒に走りませんか。 (参加対象は中学生以上の方となります。) |
| 書道教室 | 第2、第4 土曜日 | 8:30 ～ 10:00 | 中部地区 公民館 | 会員1回 500円 非会員1回 800円 | 実践に役立つ、つけ、とめ、はらいを身につけます。精神の鍛錬にもなります。 |
| キララ☆ スポーツの 日 | 毎週土曜日 11月12日と 11月26日と 12月24日は お休みです。 | 19:00 ～ 21:00 | スポーツ センター 体育館 | 会員 1回100円 非会員 1回200円 | 卓球、バドミントン、バスケットボール、ニュースポーツ… 週末は気持ちいい汗を流そう |
| きら☆びくす 教室 | 11月15日 12月20日 | 19:00 ～ 20:00 | 西部地区 公民館 | 会員1回 300円 非会員1回 500円 | 音楽に合わせた1時間の有酸素運動です。 シェイプアップ、ストレス発散を目的としております。 |
| ピラティス 教室 | ①11月10日 と12月1日 ②第3木曜 ③第3水曜 | ①19:00～ 20:30 ②19:00～ 20:30 ③19:00～ 20:30 | ①中部地区公民館 ②中津川地区公民館 ③東部地区公民館 | 会員1回 500円 非会員1回 700円 | 体の奥の筋肉をしなやかに整えます。 タオル(小さくて可)ご持参ください。 |
| スピード ミント ナイト | 第2・4火曜 ※11月で 終了です。 | 19:30 ～ 21:00 | スポーツ センター 体育館 | 会員1回 250円 非会員1回 500円 | ドイツ発のニュースポーツ おもいきり動きたい方へお勧めです。  ※競技イメージ |

キララちゃんの活動 9月3日 めざまみの里まつり2016



トレッキングクラブの活動

9月14日(水) 羽黒山



2446段の石段を登ります。

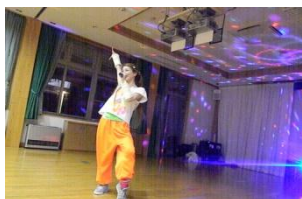


参加者12名 五重の塔を背景に

☆ヒップホップ教室☆ 10月のようす



パーティライトで大盛り上がり



次回は11月に開催!

11月30日 12月7日 14日(すべて水曜日)

中部地区公民館 19:00~20:00

参加料 会員 300円 非会員 500円

平成28年度 賛助会員

いとう印刷

お食事処・民宿 おじか

添川温泉 しらさぎ荘

上田スポーツ店

(株)香月

すずき看板

四季彩 魚豊味

(株)梅津商店

農家レストラン エルベ

焼肉 夕月

松山印刷

らーめん居酒屋 来来軒

公民館連絡協議会

10月12日(水) 黒沢峠



途中、大雨に見舞われました。



参加者13名と敷石道

第5回 キララ杯卓球大会

開催します。

・日時 11月26日(土) 18:30~21:00

・会場 スポーツセンター体育館

・種目 男子の部 女子の部

(年齢オープンです)

・出場条件 飯豊町民であること

・優勝者へ優勝カット授与、三位まで表彰・商品あり

・参加料 500円 キララ会員は300円。

(事務局にて当日保険に加入します。)

・申込 11月22日(火)まで

下記事務局へご連絡ください。

ラケットの貸し出しを行っております。



第4回(昨年度)のようす

お問い合わせ先

飯豊町町民スポーツセンター内

特定非営利活動法人

いいでスポーツクラブ キララ☆

事務局(72-3086)



スポーツ振興くじ
活動助成事業

いいでスポーツクラブ キララ

検索

