

2018

総合型地域スポーツクラブ 三好ともいきスポーツクラブ プログラム案内

【会員登録】

※下記プログラム参加には会員登録が必要です。
 ※会員登録及びスポーツ安全保険は年度毎の更新が必要です。
 ※会員登録は年度途中でも可能です。

	中学生以下	高校生～64歳以下	65歳以上
年会費		2000円	2000円
スポーツ安全保険料	800円	1850円	1200円

【プログラム講座（一般）】

プログラム	曜日 時間	場 所 参加費	講座風景
健康運動倶楽部	毎週月曜日	東海学園大学 5号館2階ダンススタジオ	
	9:30～10:30	500円/回	
グラウンドゴルフ倶楽部	毎週火曜日	東海学園大学 第2グラウンド(ラグビー)	
	9:00～10:00	無料	
公園体操	毎週水曜日	三好丘桜公園 (三好丘桜三丁目)	
	9:00～10:00	無料	
スポーツ吹矢倶楽部	毎月1・3木曜日	高嶺公民館 (三好丘緑四丁目11-5)	
	9:30～11:30	500円/回	
ポールウォーキング倶楽部	毎週金曜日	東海学園大学 第1グラウンド(陸上)	
	9:00～10:00	100円/回	
マシントレーニング倶楽部	毎週土曜日	東海学園大学 5号館1階トレーニングルーム	
	9:00～12:00	500円/回	

※上記プログラムに参加希望の方は直接会場へお越しください。

【プログラム講座（小学生）】

プログラム	曜日 時間	場 所 対 象	参加費
《新プログラム》 キッズダンスくらぶ	毎週火曜日	東海学園大学 5号館2階ダンススタジオ	12,000円/半期 (全20回)
	18:15～19:15	小学校3年生～小学校6年生	
ともいき体操くらぶ	毎週土曜日	東海学園大学 5号館3階アリーナ	18,000円/半期 (全18回)
	9:00～10:30	小学校1年生～小学校6年生	

※上記プログラムに参加希望の方はホームページでご確認ください。

【お申込み・お問合せ先】

三好ともいきスポーツクラブ事務局

〒470-0207 みよし市福谷町西ノ洞21-233
 (東海学園大学5号館2階)

TEL & FAX
 ホームページ
 受付時間

0561-36-6613
<https://www.tokaigakuen-u.ac.jp/>
 10時半～16時(土日・祝日を除く)

三好ともいきスポーツクラブ 日程表【一般】(2018年10月～2019年3月)

2018年10月						2018年11月					
健康運動	グラウンドゴルフ	公園体操	スポーツ吹矢	ボールウォーキング	マシントレーニング ピンポン	健康運動	グラウンドゴルフ	公園体操	スポーツ吹矢	ボールウォーキング	マシントレーニング ピンポン
月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
9:30～10:30	9:00～10:00	9:00～10:00	9:30～11:30	9:00～10:00	9:00～12:00 9:30～12:00	9:30～10:30	9:00～10:00	9:00～10:00	9:30～11:30	9:00～10:00	9:00～12:00 9:30～12:00
1	2	3	4	5	6				1	2	3
8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10
15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17
22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24
29	30	31				26	27	28	29	30	

2018年12月						2019年1月					
健康運動	グラウンドゴルフ	公園体操	スポーツ吹矢	ボールウォーキング	マシントレーニング ピンポン	健康運動	グラウンドゴルフ	公園体操	スポーツ吹矢	ボールウォーキング	マシントレーニング ピンポン
月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
9:30～10:30	9:00～10:00	9:00～10:00	9:30～11:30	9:00～10:00	9:00～12:00 9:30～12:00	9:30～10:30	9:00～10:00	9:00～10:00	9:30～11:30	9:00～10:00	9:00～12:00 9:30～12:00
					1		1	2	3	4	5
3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12
10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19
17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26
24	25	26	27	28	29	28	29	30	31		
31											

2019年2月						2019年3月					
健康運動	グラウンドゴルフ	公園体操	スポーツ吹矢	ボールウォーキング	マシントレーニング ピンポン	健康運動	グラウンドゴルフ	公園体操	スポーツ吹矢	ボールウォーキング	マシントレーニング ピンポン
月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
9:30～10:30	9:00～10:00	9:00～10:00	9:30～11:30	9:00～10:00	9:00～12:00 9:30～12:00	9:30～10:30	9:00～10:00	9:00～10:00	9:30～11:30	9:00～10:00	9:00～12:00 9:30～12:00
				1	2					1	2
4	5	6	7	8	9	4	5	6	7	8	9
11	12	13	14	15	16	11	12	13	14	15	16
18	19	20	21	22	23	18	19	20	21	22	23
25	26	27	28			25	26	27	28	29	30

※ 上記の日程は変更する場合があります。

三好ともいきスポーツクラブ 日程表【小学生】(2018年10月～2019年3月)

2018年10月						2018年11月					
	キッズダンス				ともいき体操		キッズダンス				ともいき体操
月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
	18:15-19:15				9:00～10:30		18:15-19:15				9:00～10:30
1	2	3	4	5	6				1	2	3
8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10
15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17
22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24
29	30	31				26	27	28	29	30	

2018年12月						2019年1月					
	キッズダンス				ともいき体操		キッズダンス				ともいき体操
月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
	18:15-19:15				9:00～10:30		18:15-19:15				9:00～10:30
					1		1	2	3	4	5
3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12
10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19
17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26
24	25	26	27	28	29	28	29	30	31		
31											

2019年2月						2019年3月					
	キッズダンス				ともいき体操		キッズダンス				ともいき体操
月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
	18:15-19:15				9:00～10:30		18:15-19:15				9:00～10:30
				1	2					1	2
4	5	6	7	8	9	4	5	6	7	8	9
11	12	13	14	15	16	11	12	13	14	15	16
18	19	20	21	22	23	18	19	20	21	22	23
25	26	27	28			25	26	27	28	29	30

〈問い合わせ〉三好ともいきスポーツクラブ事務局 0561-36-6613

三好ともいきスポーツクラブ 日程表 (平成30年4月～9月)

【健康運動倶楽部】
毎週月曜日 9:30～10:30

【公園体操 (三好丘桜公園)】※雨天中止
毎週水曜日 9:00～10:00

【ポールウォーキング倶楽部】※雨天中止
毎週金曜日 9:00～10:00

【グラウンドゴルフ倶楽部】※雨天中止
毎週火曜日 9:00～10:00

【スポーツ吹矢倶楽部 (高嶺公民館)】
毎月第1・3木曜日 9:30～11:30

【マシントレーニング倶楽部】
毎週土曜日 9:00～12:00
(受付は11時まで)

【小学生】

【キッズダンスくらぶ】
火曜日 18:15～19:15

【ともいき体操くらぶ】
土曜日 9:00～10:30

<問い合わせ先>
三好ともいきスポーツクラブ事務局
(電話)0561-36-6613

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

※ 健康運動倶楽部、マシントレーニング倶楽部は室内シューズが必要です。
※ 上記の日程は変更する場合があります。