

## 申し込み方法

- 申し込み受付 平成28年3月15日(火)～随時受付(土・日・祝日は除く)
- 受付時間 8:30～17:15
- 対象者 子どもから大人まで(町外の方でも入会できます。) 現在サークル等で活動されている人、団体も加入できます。
- 申し込み方法 会員申込書に必要事項を記入し、年会費と一緒にクラブ事務局(東彼杵町教育委員会内)まで直接ご持参ください。
- 会費 一般/月額300円(1年分3,600円)  
高校生以下/月額200円(1年分2,400円)  
※原則として、一年分又は半年分を前納していただきます。
- スポーツ安全保険料(年額) ※任意
  - 高校生以上 1,850円
  - 中学生以下 800円
  - 65歳以上 1,000円
- 会員証 申込みをされた方には、会員証を発行します。

申込み  
お問い合わせ

**スポーツクラブひがしそのぎ事務局**  
東彼杵町彼杵宿郷706-4 東彼杵町教育委員会内  
Tel/0957-46-0114 Fax/0957-46-0757  
e-mail:syakyou@kyoui.higashisonogi.jp



申込み  
お問い合わせ

**スポーツクラブひがしそのぎ事務局**  
東彼杵町彼杵宿郷706-4 東彼杵町教育委員会内  
Tel/0957-46-0114 Fax/0957-46-0757  
e-mail:syakyou@kyoui.higashisonogi.jp



申込み  
お問い合わせ

**スポーツクラブひがしそのぎ事務局**  
東彼杵町彼杵宿郷706-4 東彼杵町教育委員会内  
Tel/0957-46-0114 Fax/0957-46-0757  
e-mail:syakyou@kyoui.higashisonogi.jp



# スポーツクラブ ひがしそのぎ

みんな **1年1年!**



全12クラス、4月から再スタート!  
続けている人も新しく始める人も  
3月から会員の募集を始めます。

## 会員募集!



## 平成28年度 教室の内容

入会すると、何種目でも参加できます。

クラブ番号・クラブ名

●開催日 ●時間 ●会場 ●対象

### ①グラウンドゴルフ

ルールもごく簡単! 初心者でもすぐに取り組みます。  
クラブは貸出します。  
●第1・3火曜日 ●9:00～11:00  
●新港グラウンド ●大人

### ②バドミントン

いい汗かくには最適なスポーツです。  
減量にももってこい!  
●第1・3・4水曜日 ●20:00～21:30  
●彼杵児童体育館 ●子ども～大人

### ③イスに座って健康づくり

椅子に座った運動で筋力アップ!  
●第2・4水曜日 ●9:30～10:30  
●総合会館大会議室 ●大人

### ④健武体操(武術健康体操)

武術の形を取り入れた、ゆっくりとした動きの体操です。  
性別は問わず高齢の方でも参加しやすい教室です。  
●毎週土曜日 ●11:00～12:00  
●教育センター分室2F 多目的ホール ●大人

### ⑤スクエアステップ

脳に刺激! 身体と対話! 楽しく歩いて笑いましょう。  
男性も大歓迎!!  
●第2・4火曜日 ●13:30～15:00 (初級コース)  
●総合会館和室 ●大人 (15:30～17:00)

### ⑥ソフトテニス

小学生に限定した教室です。  
ラケットは貸出します。送迎が必要です。  
●4～10月 第1・3火曜日(但し4月は第3火曜日、10月は第1火曜日のみ)  
●19:10～21:00 ●町民グラウンド ●小学4年生以上

### ⑦陸上

広い会場で走ってみませんか! 走りの基本から親切に指導します。  
●毎週月・水曜日 ●18:00～19:00 ●そのぎシーサイド公園・町民グラウンド(冬期は彼杵児童体育館) ●子ども～大人

### ⑧ソフトバレー

やわらかいボールを使った4人制の楽しい競技です。初心者大歓迎!  
●第2・4金曜日 ●20:00～21:30  
●千綿児童体育館 ●子ども～大人

「スポーツクラブひがしそのぎ」はスポーツや文化活動を通して、健康で生きがいのある、豊かな生活の実現とともに、地域の交流の輪を広げ、次世代に繋がるまちづくりに貢献できるクラブを目指します。