

登米市迫体育館・迫武道館・新田総合運動場 指定管理者
 <事務局> 登米市迫町佐沼字中江 2-6-1 迫体育館
 Tel 0220-22-2325 ホームページ <http://icsi-hasama.com/>

「美容と健康のために体を動かしたいな」
 「手軽に健康維持できないかな」
 「新しい趣味を見つけたいな」
 「空いた時間を楽しく過ごしたいな」
 というようなことを
 最近、ふと考えたりしませんか？



気分転換に、ドライブや買い物も良いですが、
 近場で少額でも、リフレッシュできる方法があります。

イクシが開催する教室は、迫公民館や迫体育館など
 近隣の施設が会場ですので、
 ちょっと足を伸ばしていただいて、
 お気軽にご参加いただけます。



保険料を含む年会費をお納めいただき、
 クラブ会員 となられましたら、
 およそ20ある定期開催教室の中から
 ご自分のスケジュールやお好みに合わせて、
 参加したい教室を選んでいただき、
 参加料(裏面をご参照ください)をお支払いいただきましたら、
 Let's go!



もちろん、2つ3つと追加して参加教室を増やしていただいてもOKです。

やったことのない初心者だし…
 運動が得意じゃないし…
 膝が少し痛くて…
 という方でも問題ありません。
 どの教室も、上手下手を競うものではなく楽しむ教室です。
 年齢などによる痛みをかかえている方などは、
 休みながら、出来る範囲でご参加いただいてもかまいません。
 また、その名の通り、スポーツだけではなく文化系の教室もあります。



まずは、気になる教室を覗いてみませんか？

平成27年度会員の申し込みを
 1月5日(月)から受け付けます。

※継続手続きの会員様は、会員証をお持ち下さい。

平成27年度 定期開催教室 週間予定表

月	(10:00~11:00) アクアビクス教室 登米市民プール			(19:00~20:30) ヨガ[夜間]教室 迫公民館 軽運動場
火	(10:30~11:30) (19:00~20:00) 踊り教室 迫公民館 軽運動場	(14:00~15:30) ヨガ[昼間]教室 迫公民館 軽運動場		(19:00~20:15) ゆる体操初級教室 迫公民館 大会講室
水	(10:00~11:00) テジカメ教室 迫公民館 視聴覚室	(13:30~15:00) 太極拳教室 迫体育館 半面	(18:30~20:00) ピンポン [ラージボール]教室 迫体育館 卓球室	(19:00~20:00) エアロビクス教室 迫体育館 卓球室
木	(10:00~11:30) 茶道教室 迫公民館 集会室	(13:30~15:00) レクダンス教室 迫公民館 軽運動場	(13:30~15:00) フラダンス教室 迫公民館 軽運動場	
金	(10:00~11:00) 親子わくわく教室 迫公民館 軽運動場	(10:30~12:00) バドミントン教室 迫体育館 全面	(14:00~15:30) 図画工作教室 迫公民館 視聴覚室	
土	(8:30~10:00) ターゲットバードゴルフ 教室 大東公園	(13:30~15:00) 小学生スポーツ教室 佐沼小学校 体育館	(19:00~20:30) ソフトバレーボール& バドミントン教室 迫体育館 半面	(19:00~20:30) フットサル教室 迫体育館 半面
日	(10:00~11:30) パソコン教室 登米市視聴覚センター	(14:00~15:30) 弓道教室 迫武道館	*イベント* 講習会やハイキングなど各種イベントを 期間限定や単発で実施します	

<ご注意> 各教室は、おおよそ月2回の開催です。
 毎週の開催ではありませんので、随時お知らせする日程をお確かめの上、ご参加下さい。
 年度途中月からのご入会でも年会費の割引はありませんので、お早めの入会をお勧め致します。
 また、退会による返金や手続きはありません。

クラブ年会費 ※保険料を含みます

未就学児: 1,000円 小中学生: 2,000円 高校生以上一般: 4,000円

