

3/14<sup>±</sup>より受付開始  
4月受講生締切  
3/29日 PM5時まで

# スポーツ教室 受講生募集!!

ワンランク上の健康づくり、スキルアップに挑戦!

## Sports for all

TSC会員はもちろん  
非会員の方も参加できます!

### For adults 成人向け教室

#### 1 木曜テニス

木曜日(月3回) 19:30~21:30  
●対象/中学生以上  
●初回日/4月9日  
●場 所/総合テニスコート  
●受講料(月謝制)/TSC会員 2,200円 非会員 3,000円  
●講師/神山 一義(日本スポーツ協会公認コーチ2)  
●開講人数/6名 ●定員/20名  
・雨天順延 ・ラケット持参  
・11月以降(冬季期間中)日程を詰めて開催

#### 2 金曜テニス

金曜日(月3回) 10:00~12:00  
●対象/成人  
●初回日/4月10日  
●場 所/総合テニスコート  
●受講料(月謝制)/TSC会員 2,200円 非会員 3,000円  
●講師/神山 一義(日本スポーツ協会公認コーチ2)  
●開講人数/6名 ●定員/20名  
■総合体育館が利用可能な場合は館内で実施  
・ラケット持参 ・8月休講  
・体育館利用時室内シューズ

#### 3 ソフトバレー

日曜又は祝日(月2回) 19:00~21:00  
●対象/成人  
●初回日/4月12日  
●場 所/総合体育館  
●受講料(月謝制)/TSC会員 1,200円 非会員 1,800円  
●講師/早矢仕 輝(日本バレーボール協会公認ソフトバレーリーダー)  
●開講人数/6名 ●定員/20名  
・(基本)第2・4日曜日

#### 4 ZUMBA

月曜日(月3回) 20:00~21:00  
●対象/中学生以上  
●初回日/4月13日  
●場 所/総合体育館多目的ホール  
●受講料(月謝制)/TSC会員 1,900円 非会員 2,600円  
●講師/可児 由美子(JWI ZUMBA公認インストラクター)  
●開講人数/6名 ●定員/20名  
・男女 ・シューズ持参

#### 5 月曜ヨガ

月曜日(月3回) 19:30~21:00  
●対象/成人  
●初回日/4月13日  
●場 所/総合体育館会議室  
●受講料(月謝制)/TSC会員 1,900円 非会員 2,600円  
●講師/森田 篤子(IHTA認定ヨガインストラクター)  
●開講人数/6名 ●定員/10名  
・ヨガマット持参 ・男女

#### 6 リラックスヨガ

火曜日(月3回) 10:30~12:00  
●対象/成人  
●初回日/4月7日  
●場 所/総合体育館会議室  
●受講料(月謝制)/TSC会員 1,900円 非会員 2,600円  
●講師/市田 麻紀(ヨーガ講師)  
●開講人数/6名 ●定員/20名  
・ヨガマット持参 ・11~3月は場所・時間変更あり  
・男女

#### 7 火曜ヨガ

火曜日(月3回) 19:30~21:00  
●対象/成人  
●初回日/4月7日  
●場 所/総合体育館会議室  
●受講料(月謝制)/TSC会員 1,900円 非会員 2,600円  
●講師/森田 篤子(IHTA認定ヨガインストラクター)  
●開講人数/6名 ●定員/10名  
・ヨガマット持参 ・男女

#### 8 ビューティバランスボール

木曜日(月3回) 19:45~20:45  
●対象/中学生以上  
●初回日/4月9日  
●場 所/総合体育館多目的ホール  
●受講料(月謝制)/TSC会員 1,900円 非会員 2,600円  
●講師/後藤 美保(体カメンテナス協会認定バランスボールインストラクター)  
●開講人数/6名 ●定員/20名  
・バランスボール、ヨガマット持参 ・男女

#### 9 バランスボールエクササイズ

金曜日(月3回) 19:30~20:30  
●対象/高校生以上  
●初回日/4月10日  
●場 所/総合体育館多目的ホール  
●受講料(月謝制)/TSC会員 1,900円 非会員 2,600円  
●講師/奥田 紫織(体カメンテナス協会認定バランスボールインストラクター)  
●開講人数/6名 ●定員/20名  
・バランスボール、ヨガマット持参 ・男女

### For students 小学生向け教室

#### 10 土曜キッズテニス

土曜日(月3回) 16:30~17:30  
●対象/年長~6年 ●初回日/4月11日 ●場 所/総合テニスコート  
●受講料(月謝制)/TSC会員 2,200円 非会員 3,000円  
●講師/神山 一義(日本スポーツ協会公認コーチ2)  
●開講人数/6名 ●定員/15名  
■総合体育館が利用可能な場合は館内で実施 ・ラケット持参  
・体育館利用時室内シューズ

#### 11 陸上競技EX

土曜日(月3回) 13:00~15:00  
●対象/4~6年 ●初回日/4月4日 ●場 所/高富中学校グラウンド  
●受講料(月謝制)/TSC会員 1,800円  
●講師/森 一男(JAAF公認ジュニアコーチ)  
●開講人数/10名 ●定員/20名  
・アスリートコース受講者限定 ・練習場所、活動時間の変更あり  
・同日の陸上競技(スクール)の参加不可 ・スパイク持参

#### 12 バレーボール

水曜日(月3回) 17:30~19:00  
●対象/5~6年(市内優先) ●初回日/4月8日 ●場 所/総合体育館  
●受講料(月謝制)/TSC会員 2,200円 非会員 3,000円  
●講師/服部 長務(日本スポーツ協会公認コーチ4)  
●開講人数/6名 ●定員/16名  
・定員内であれば4年生可・市外可 ・8月・1月休講

### Everyoneイベント

#### 17 スポーツ・レクリエーション体験会

木or金曜日(月1回) 19:30~20:30  
●対象/制限なし ●初回日/5月~  
●場 所/総合体育館 他  
●講師/山県市スポーツ推進委員会  
●参加料/無料(誰でも参加OK)  
・モルック・ふらばー・スポーツ吹矢等 ・1月・2月休講  
・詳細については山県市のホームページ、公式LINE等でご案内します。

### Training Room (山県市総合体育館2階)

●ご利用時間/9:00~22:00  
●休 館 日/トレーニング機器メンテナンス日、年末年始  
※アリーナにて競技大会が開催される時も  
使用が規制される場合があります。  
会 員 お得な特別料金をご用意。※詳しくは事務局までお問い合わせください。  
非会員 167円(1回分)/1,623円(回数券11回分)

### スポーツ教室お申込み方法

- 手続きに必要な物  
1)スポーツ教室申込書  
2)預金口座振替依頼書(※口座番号と届出印が必要)  
3)受講料および保険料  
4)TSC会員の方は会員証  
※1)と2)の用紙はクラブハウスにあります。
- ◆注意事項◆  
○開催期間  
年間を通して開催しますが、講座によっては休講月があります。  
○開催日時  
変更および延期になる場合もあります。別途お知らせ致します。  
○生徒募集  
先着順で定員になり次第締め切ります。開講人数に満たない講座は中止します。月単位で随時受付しています。  
○受講料(月謝制)  
申込時に初回月分を現金にてお支払いいただきます。(講座が中止になった場合以外返金致しません)2ヶ月目以降は、毎月12日に口座振替となりますので、口座残高にご注意ください。  
○休会・退会  
前月20日迄にクラブ事務局でお手続きください。期日を過ぎると、1ヶ月分の月謝が引き落とされますのでご了承ください。  
○スポーツ安全保険  
中学生以下は全員加入。高校生以上は任意加入となります。未加入者は自己の責任にて対応願います。  
■保険料詳細 ※年間加入(加入時~R9.3.31まで有効)  
・中学生以下...800円 または 1,450円(ワイド型)  
・高校生以上...2,000円 ・65歳以上...1,200円

### For students 中学生向け教室(競技力向上)

#### 13 バドミントン

火曜日(月3回) 18:00~20:00  
●対象/1~3年 ●初回日/4月7日 ●場 所/総合体育館  
●受講料(月謝制)/TSC会員 2,200円 非会員 3,000円  
●講師/民谷 千寿子(日本スポーツ協会公認コーチ2)  
●開講人数/6名 ●定員/20名  
・ラケット持参

#### 14 剣道・居合道

月曜日(月3回) 18:30~20:00  
●対象/小学生以上 ●初回日/4月13日 ●場 所/総合体育館多目的ホール  
●受講料(月謝制)/TSC会員 1,800円 非会員 2,600円  
●講師/渡邊 左知子(日本スポーツ協会公認コーチ2)  
●開講人数/6名 ●定員/20名  
・木刀・模擬刀持参

#### 15 ソフトテニス

火曜日(月3回) 19:00~21:00  
●対象/中学生以上 ●初回日/4月7日 ●場 所/総合テニスコート  
●受講料(月謝制)/TSC会員 2,200円 非会員 3,000円  
●講師/土原 紀子(日本スポーツ協会公認コーチ1)  
●開講人数/6名 ●定員/12名  
・雨天順延 ・ラケット持参 ・11月以降(冬季期間中)日程を詰めて開催

### 16 ビーチバレーボール

日曜日8:30~11:30(雨天)9:00~12:00  
●対象/1~3年 ●初回日/4月12日  
●場 所/すいげん公園(雨天)美山中体育館  
●受講料(月謝制)/TSC会員 前期5,000円(10回)・後期2,000円(4回)  
●講師/服部 光志(日本スポーツ協会公認コーチ1)  
●開講人数/6名 ●定員/24名  
・男子12名 ・女子12名 ・詳しくはTSCホームページを参照

### ■賛助会員 募集中!!

区分	金額	備考
サポーター	一口 500円	クラブ運営を支援していただける個人。二口以上の方には、クラブグッズをプレゼントいたします。
スポンサー	一口 5,000円	クラブ運営を支援していただける団体・企業。口数に応じて、団体名・企業名の広告を掲載します。

## スポーツショップ ヨシダ

〒501-2259 山県市岩佐2145 0581-52-1669

**(有)河野水道工業**  
〒502-0004 岐阜市三田洞853-9 TEL:058-237-3130

**岐北厚生病院**  
〒501-2105 山県市高富1187-3 TEL:0581-22-1811

**ひらまつ耳鼻咽喉科**  
〒501-2105 山県市高富2452 TEL:0581-22-0288

**プリントTシャツ ORI-HIRO**  
〒501-2114 山県市佐賀248 TEL:0581-22-1560

**やまもと整形外科**  
〒501-2105 山県市高富2092-1 TEL:0581-27-0170

**旅の森キャリッジ**  
〒501-3753 美濃市松森上竹下200 TEL:0575-35-1032

**プラスネット**  
〒503-0032 大垣市熊野町5-161 TEL:0584-93-3051

**高牧商店**  
〒501-2124 山県市小倉188-2 TEL:0581-36-3344

受付時間/火~金・日 13時~17時 土 9時~17時 ※月曜・祝日休み

お申込み・お問い合わせ

# Team-yamagata Sports Club

NPO法人 チームヤマガタスポーツクラブ 事務局

Tel.0581-23-0330 Fax.0581-23-0331

クラブハウス 〒501-2113 山県市高木1675 山県市総合運動場内  
E-mail tsc@ccn.aitai.ne.jp  
ホームページ http://www.ccn.aitai.ne.jp/~tsc/

こちらのQRコードで、携帯から掲示板をご覧ください。  
雨天中止案内は開始30分前に掲載しますので、御確認ください。

TSC掲示板

クラブハウス (総合運動場内)