

11月エリア予定表

11月	市民センター体育館					
	午前	午後		夜間		
	10:00~12:00	13:00~15:00	13:00~14:30 14:30~16:00	17:00~19:00	19:00~21:00	
1	水	スポーツ吹き矢	ユニカール		ラージ卓球 ファイティング ²	よさこいソーラン
2	木		卓球			バドミントン
3	金	卓球	ラージ卓球			卓球
4	土	スポーツ吹き矢 (スポセン)	スポーツ吹き矢 (スポセン)	ショートテニス (スポセン)	スポチャン (てーら祭)	空手 バレーボール(スポセン)
5	日					
6	月	休館日				
7	火	ラージ卓球				バレーボール
8	水	スポーツ吹き矢	ユニカール		ラージ卓球 ファイティング ²	よさこいソーラン
9	木		卓球			バドミントン
10	金	卓球	ラージ卓球			卓球
11	土		スポーツ吹き矢	ショートテニス スポチャン		空手 バレーボール
12	日					
13	月	休館日				
14	火	ラージ卓球				バレーボール
15	水	スポーツ吹き矢	ユニカール		ラージ卓球 ファイティング ²	よさこいソーラン
16	木		卓球			バドミントン
17	金	卓球	ラージ卓球			卓球
18	土		スポーツ吹き矢	ショートテニス スポチャン		空手 バレーボール
19	日					
20	月	休館日				
21	火	ラージ卓球				バレーボール
22	水	スポーツ吹き矢	ユニカール		ラージ卓球 ファイティング ²	よさこいソーラン
23	木		卓球			バドミントン
24	金	卓球	ラージ卓球			卓球
25	土		スポーツ吹き矢	ショートテニス スポチャン		空手 バレーボール
26	日					
27	月	休館日				
28	火	ラージ卓球				バレーボール
29	水	スポーツ吹き矢	ユニカール		ラージ卓球 ファイティング ²	よさこいソーラン
30	木		卓球			バドミントン

11月	高松緑地公園			
	午前	午後		
	9:00~11:30	9:00~12:00	13:00~15:00	
1	水			
2	木		テニス	
3	金	グラウンドゴルフ		
4	土		水泳 (10:00~12:00)	テニス
5	日			
6	月	休館日		
7	火	グラウンドゴルフ	テニス	
8	水			
9	木		テニス	
10	金	グラウンドゴルフ		
11	土		水泳 (10:00~12:00)	テニス
12	日			
13	月	休館日		
14	火	グラウンドゴルフ	テニス	
15	水			
16	木		テニス	
17	金	グラウンドゴルフ		
18	土		水泳 (10:00~12:00)	テニス
19	日			
20	月	休館日		
21	火	グラウンドゴルフ	テニス	
22	水			
23	木		テニス	
24	金	グラウンドゴルフ		
25	土		水泳 (10:00~12:00)	テニス
26	日			
27	月	休館日		
28	火	グラウンドゴルフ	テニス	
29	水			
30	木		テニス	

※11/4・5日、てーら祭の為市民センター体育館利用不可

※11/4、吹き矢・ショートテニス・バレーボールはスポセン利用可



総合型地域スポーツクラブ

Let's KSC

Kashima Sports Club since 2001

11月号 Vol.168

2017年11月1日発行
発行/NPO法人 かしまスポーツクラブ
発行責任者/飯本 節子
〒314-0014 鹿嶋市光1番地 高松緑地管理事務所
TEL 0299-82-9042
http://www.ksc.join-us.jp
Email ksttr@sopia.or.jp

鹿嶋市では総合型地域スポーツクラブ「かしまスポーツクラブ」を支援しています。

《エリア制覇をめざそう!》

KSC会員のKさんが
第二号のエリア完全制覇者となりました。



14エリア全てを体験…平成30年度年会費の**3割引**
12エリア以上を体験… 同 **2割引**
10エリア以上を体験… 同 **1割引**

〈実施期間〉

平成29年8月1日～平成30年2月28日
奮ってご参加ください☆

いきいき ときめき てーら祭

今年もかしまスポーツクラブより体験コーナーを行います!

◆日時 11月4日(土)・5日(日)
10時~15時(5日は14時まで)

◆種目 ユニカール・スポーツチャンバラ
スポーツ吹き矢・ショートテニス

◆場所 まちづくり市民センター体育館

ロータリーでKSCスタッフ特製のお好み焼きの販売もあります(5日のみ)。ぜひ遊びに来てください♪

会員種別	人数	男	女	
会員数	大人	329名	165名	164名
	子供	367名	171名	196名
	シニア	575名	271名	304名
計	1,271名	607名	664名	

第2期 スポーツ吹き矢教室 スタートします☆

ゲーム感覚のある吹き矢は、腹式呼吸を鍛錬する健康的なスポーツです。

《腹筋強化と内臓脂肪の減少で
ダイエットに効果的》

場 所 まちづくり市民センター体育館

期 間 11月22、29日、12月6日の3回

時 間 10:00~12:00 2時間

参 加 費 会員 300円/一般 600円
子供 150円(小学生・中学生)

募集人数 5名以上

指 導 者 小野緑、公認指導者

募集開始 11月1日~

問 合 せ かしまスポーツクラブ事務局

☎ 0299-82-9042

クリスマスパーティーの お知らせ

●日時 12月16日(土) 12時~14時

●会場 新日鐵住金鹿島人材育成センター



※詳細は同封の「別紙」を参照して下さい。

編集後記

11月7日(火)は立冬で、冬の始まり。立冬の頃は季節の変わり目で、昼夜の寒暖差が大きくなる時期でもあり、一年の中で最も体調を崩しやすい時期です。十分な栄養と休息を取り、冬を乗り越えましょう。(KM)