

いろんな教室・クラブがあるよ！

すべて専門の資格を持った先生！会費が安い！  
体験もOK

### 大人のスポーツ教室&クラブ

**リラックス・ヨガ教室** 毎月第1・3金曜日  
**テニス教室** 毎月2回・日曜・水曜コース  
**バドミントンクラブ** 毎週日曜日 PM2~5時変更有  
**C&Sバドミントンクラブ** 毎週火曜日 AM10:00~  
**ウォーキングクラブ** 毎週木曜日 AM10:00~11:30

### ジュニアバドミントンクラブ

毎週火曜日 小学3~6年生 PM5:00~6:30

### キッズ英語教室

小学1~6年生  
ABCから英語で歌おうなど、英検取得  
まで楽しく英語にふれてみませんか。

日時 毎月1回 中級者10:10~10:50  
初心者11:00~11:50  
場所 新利根運動公園 小体育館 定員10名  
体験1回500円  
会費1回500円(半期まとめて500円×開催日)  
別途保険代500円

\*教室・クラブには年会費・保険料等  
クラブ会費がかかります。

### ABC&チャレンジ体操教室

年長~1.2年生クラス・楽しく体を動かし  
基礎が身に着きます  
3~6年生クラス・テニスやゴルフなど色々な  
種目を体験運動能力UP  
ライフDAY開催日月2回 AM9:15~10:00  
会費1回500円(4月から半期まとめて6000円)  
年会費3000円(保険代込)

### ライフDAY

・・体育館で自由に体を動かして下さい。卓球・バドミントン・輪投げ・バスケット等  
\*会費一人¥300(保険込)\*上履きをお持ちください

### ライフDAY開催日

10月1日 ABC・チャレンジ体操教室・英語教室  
10月15日 ABC・チャレンジ体操教室  
11月12日 ABC・チャレンジ体操教室  
11月26日 ABC・チャレンジ体操教室・英語教室



### 編集後記

暑さもそろそろと言うか、いい加減にして！さあ涼しくなったらスポーツの秋ですね。そう食欲の秋とも。美味しく食べるためにも体を動かしましょう。先日、ちょっと足を痛め、歩くことって当り前だけど、すごいことだと。普段は気が付かないけど、いざできなくなると、元気でいられることに感謝して維持していかないと改めて思いましたね。自分の体は自分でメンテナンスを。楽しく無理なく体を動かしていきましょう。さあ栗・果物・おいも♡食べて動いて食べて・・・やっぱり食べて(^\_^) S.O

### 問い合わせ先 総合型地域スポーツクラブ

### ライフスポーツクラブしん

ライフ専用携帯電話番号

080-3204-2462

ライフ専用アドレス

sougougata.lifesportsclub@gmail.com



\*お申込み・お問い合わせ等は上記のライフ専用電話またはメールにてお申込み下さい  
(指導中はお取りできない場合があります。留守番電話の時はお名前をお願いします。  
返信が無い場合は申し訳ありません再度お問い合わせ下さい。)

回覧



# ライフニュース 10月号

NO185

発行日 令和4年(2023年)9月28日発行 総合型地域スポーツクラブライフスポーツクラブしんとね

## ライフ♡ハイキング

# 那須どうぶつ王国&散策 &お土産!

那須どうぶつ王国には、他では見られない動物ばかり、マヌルネコや白いオオカミなど大人でも楽しめますよ。田川啓二美術館へ、ビーズでできた素敵なドレス、黒柳徹子さん着用のドレスなど、素敵な美術館、必見ですよ。帰りはお買い物三昧！  
バスの中もピンゴをしたり、楽しいですよ。お一人でも大丈夫です。  
お友達と、家族で、稲敷市以外の方でもOKです。たくさんの方の、ご参加お待ちしております。

日にち **11月 18日(土)**

日 程 **集合・出発** 新利根運動公園グラウンド脇 駐車場

**6:00** 出発(集合5:50・遅れないように!)

定 員 **40名** (先着順) \*小・中学生は保護者同伴 動きやすい服装でご参加下さい。

新利根運動公園6:00出発→PA休憩→

**那須どうぶつ王国**到着予定9:30~13:00→

(那須どうぶつ王国にて昼食。王国幕の内定食をご用意致します)

13:30 **田川啓二美術館**→14:10→お買い物へ

14:30 **チーズガーデン那須本店**→**お菓子の城那須ハートランド**へ

出発16:00→PA休憩→新利根運動公園19:00到着予定

\*雨の場合も同じ日程です。

会 費 (当日、お持ち下さい)

一人 **13500円** (バス代・保険代等)

参加お申し込み後のキャンセルはできるだけご遠慮下さい。

日程をご検討の上、お申し込み下さい。



- その他
- 1、申し込み参加者は保険に加入しますが、その他については、一切責任を持ちません。
  - 2、貴重品は各自で管理して下さい。ごみは、必ずお持ち帰り下さい。
  - 3、コロナ対策については、各自の判断でお願いします。

### 申し込み 受付

**10月16日(月) AM9:00から電話受付にて**

お電話が込み合っかかりにくい場合があります、また指導中はお取り出来ない時があります。ご了承下さい。

先着順(会員優先)・定員になり次第、受付を終了致します。お早めに!

