

お申し込みはスポーツクラブいっしき事務局へ

2025年 3月 8日(土) 午前9時～

スポーツクラブいっしき事務局（一色町体育館内）

定員のある活動は定員に達するまで、定員の無い活動は随時お申し込みできます。参加料をご持参ください。

- 電話でのお問い合わせ ☎(0563)77-2858
- スポーツクラブいっしきホームページ
<http://www.katch.ne.jp/~sports-club-i/>



ホームページ

注意事項

- 活動が実施されなかった場合を除き、お申し込み後の返金はいたしません。
 - 2025年3月29日(土)までに参加者が10人に満たない場合は実施しません。
 - チビッコ体操、チアバトン、ストレッチヨガ、ヨガ(夜)、ヨガ(午前)は、2024年度活動者優先のため、若干名の募集になります。
 - 活動によっては自主活動のための経費がかかる場合があります。
 - 天候や会場の都合により予定回数が実施できない場合があります。
 - **悪天候の際の屋内施設利用について、暴風雨警報以外でも屋内施設が悪天候による建物の被害や避難所開設のため利用できなくなる場合もあります。**
- 西尾市公式LINE・西尾市ホームページ等をご覧になって、各自最新の情報に基づいての行動をお願いします。

※活動の日程表は、スポーツクラブいっしきホームページにも掲載しています。

活動名	キラ☆キラドッジ	いきいきタイム	ミニテニス	ヨガ(夜)	ファミリーミニバス
活動場所	一色中部小体育館	J A 一色中部支店	B & G 海洋センター	一色町公民館	一色中部小体育館
種目	ドッジボール	健康体操	ミニテニス	ヨガ	ミニバス
曜日・時間	月 19:00～21:00	火 10:00～11:00	火 13:00～15:00	火 19:30～20:30	火 19:00～21:00
対象	小学生以上	概ね60才以上	概ね50才以上	高校生以上	小1～小3と、その保護者(性別不問) 子供だけの参加可能
定員	なし	なし	なし	40人(継続者優先)	なし
活動費	14,000円	12,000円	6,000円	17,500円	14,000円
回数	35回	24回	40回	35回	35回
チーム指導者	金田英征	松崎幸子	—	置田正美	小林宏春
その他		楽しく体を動かし、足腰の筋力を高め、健康寿命を増進します		呼吸を整えて、身体と心を安定させます。心地よい自分をつめられます。	コーチ陣 中川孝英 中村卓磨、前田基起 白木雅人、稲垣俊洋 緒方康之、鈴木諒

活動名	ヨガ(午前)	ミニバス	体脂肪燃焼エアロビクス	ストレッチヨガ	ルディックウォーキング
活動場所	一色町公民館	一色中部小体育館	一色町公民館 施設の都合により6,7月の活動はB&G 海洋センター 2階で行います(冷房完備)	前野南部公民館	一色町公民館周辺
種目	ヨガ	ミニバス	エアロビクス	ヨガ	ウォーキング
曜日・時間	木 9:30～10:30	木 19:00～21:00	金 19:30～20:30	金 19:40～20:40	土 or 日 午前6:30～8:00
対象	高校生以上	小学4年生以上	小学生以上	高校生以上	高校生以上
定員	40人(継続者優先)	なし	なし	16人(継続者優先)	なし
活動費	17,500円	14,000円	16,000円	13,000円	7,500円
回数	35回	35回	35回	20回	15回
チーム指導者	鈴木真子	中川孝英	柴崎真紀子	鈴木真子	田中尚子
その他	呼吸を整えて、身体と心を安定させます。心地よい自分をつめられます。	コーチ陣 小林宏春 中村卓磨、前田基起 白木雅人、稲垣俊洋 緒方康之、鈴木諒	リズムに乗って楽しく体力作りはじめての方も是非ご参加ください!	少人数で、体の不調改善・予防したり、体を動かすやすしたりして、身体を整えます。	専用のボールを使って一色町内のコースを歩きます。遠征もあり

活動名	男組 (男性だけの教室)	いっしき陸上クラブ ジュニア	いっしき陸上クラブ	チアバトン (Dクラス)	チアバトン (Cクラス)	チアバトン (Bクラス)	チアバトン (Aクラス)	チビッコ体操くらぶ 金曜日コース	チビッコ体操くらぶ 土曜日コース
活動場所	キッチンスタジオ	一色中グラウンド	一色中グラウンド	一色町公民館	一色町公民館	一色町公民館	一色町公民館	一色町体育館	一色町体育館
種目	料理教室・運動	陸上	陸上	チアバトン	チアバトン	チアバトン	チアバトン	体操	体操
曜日・時間	火 or 水 9:30～12:00	日 9:00～10:00	日 9:30～11:30	水 17:00～17:50	水 18:00～18:50	水 19:00～19:50	水 20:00～20:50	金 19:15～20:45	土 17:15～18:45
対象	60歳以上男性	小学1・2年生	小学3年生以上	年中・年長児	小学1・2年生	小学3・4年生	小学5・6年生	小1～3年生 その他継続者及び指導者が許可した人	小1～3年生 その他継続者及び指導者が許可した人
定員	10人	30人	なし	15人	20人	20人	20人	30人(継続者優先)	40人(継続者優先)
活動費	18,000円(食材費含)	11,000円	17,000円	16,000円	16,000円	16,000円	16,000円	17,000円	17,000円
回数	16回	30回	40回	30回	30回	30回	30回	35回	35回
チーム指導者	名店シェフ、事務局	高須伸一	高須伸一	野畑聡美	野畑聡美	野畑聡美	野畑聡美	都築昭史	三ツ矢慎吾
その他	料理 10回 運動 6回				参加人数によってはクラス編成が変わります。 ポンポン及びバトンを使い楽しくダンスをします 挨拶・返事・礼儀・笑顔・元気・表現・協調性・チームワークを学びます。				マット・鉄棒・跳び箱・スラックライン等の器具を使い体の操り方を学び、あらゆるスポーツに対応出来る体を造ります。

Enjoy 会員特典！！

フィットネスクラブ キヤッツ
場所：西尾市矢曾根町
電話：0563-56-8130
へ お電話ください。

トレーニングジム利用 1回 500円

営業時間・・・
月～金 9:30～12:00
16:00～21:00
土曜日 9:30～15:30
日曜と第5週は定休

スタジオ内にある、ルームランナーや筋トレマシンを専門の指導者より使い方の指導がしてもらえます。
まずは、やってみよう！！