

スポーツで創ろう"ひと・まち・ゆめ" スポーツで育てよう"社会のルール" スポーツでつなごう"いかるがの"和"
“元気クラブいかるが” だより

発行：NPO法人元気クラブいかるが TEL・FAX 0745-51-7181 事務所 斑鳩町龍田南1-1-61 中央体育館内
 E-mail: info@gcikaruga.com ホームページ: http://gcikaruga.com

◆元気クラブいかるが 創立5周年・法人化記念行事◆

一輪車世界チャンピオン 下山 和太氏特別講習



10月21日 斑鳩町中央体育館アリーナ

ストレッチトレーナー・谷山 太介氏によるウォーキング・レッスン



11月10日 斑鳩町中央体育館アリーナ

◆元気クラブいかるが H25年12月～H26年3月のイベント

12月5日(木)受付開始 先着順です。

イベント名	開催日	募集対象	募集	場所・時間等	雨天時※	参加料
年越しそば打ち体験	12月14日(土)	全会員	25人	中央公民館調理室。午後1時開始。ファミリー割引あり。募集中!まだまだ空席あります!!	—	1,500円
斑鳩町体育協会主催 NPO 法人元気クラブいかるが共催 雪中登山(金剛山)	1月26日(日)	全会員	15人	JR王寺駅改札前 午前6時45分集合(厳守)申し込み時に行程表をお渡し致します。アイゼンが必要です。お持ちでない方は貸し出し致しますのでお申し出下さい。	小雨決行	大人2,000円 子供1,000円 ※交通費含む
Zumba(ズンバ)体験会	1月31日(金)	成人・高齢者	30人	中央体育館2F武道場 13時30分～14時30分 速い動きで楽しむズンバは、心と身体にとっても効果的な運動です。動きやすい服装でお越し下さい。	—	無料
旬の奈良と古道ウォーキング	2月10日(月)	成人・高齢者	35人	富田川の流れに沿い熊野の聖域の入口 滝尻へと向かいます。貸切バス利用。後日行程表を配布します。	前日	5,000円
2歳からの運動遊び	2月17日(月)	2歳～3歳 (未就園)	5名	中央体育館アリーナ 13時30分～14時30分 子供の発達に合わせた運動で感覚を育てます。 (保護者の方は時間中お付き添い下さい。)	—	無料
【子供ゆめ基金助成活動】 冬の自然体験 「スキー&雪遊び」	3月21日(金) ～23日(日)	小中学生 高校生～成人	30人 7人	斑鳩町役場東駐車場 21日午前6時出発～長野県白馬五竜スキー場～23日 午後8時頃帰着予定 着替え・手袋・帽子・ゴーグル持参 申込時に詳細をお知らせ・別途説明会開催します。 【参加料】小中学生14,000円(バス・宿泊料・屋食・夕食・レンタル料・リフト代) 高校生以上23,000円(バス・宿泊料・夕食・レンタル料・リフト代は別途ご負担下さい。 (非会員の方は保険料500円が別途必要となります。)) 近つ飛鳥風土記の丘 JR 王寺駅 午前8時25分 出発 別途交通費要。後日行程表配布します。	決行	左記をご参照下さい。
近郊ハイク	3月29日(土)	成人・高齢者	30人	近つ飛鳥風土記の丘 JR 王寺駅 午前8時25分 出発 別途交通費要。後日行程表配布します。	当日朝	800円

※雨天時の対応・・・前日=前日午後6時 当日朝=当日午前7時 の現地の天気予報で降水確率が60%以上の場合は中止致します。

◆地域交流館 地域健康スポーツ教室 会場：法隆寺五丁地区地域交流館(斑鳩町法隆寺東1丁目4番6号)

種目	開催日時	募集人数	対象	内容他
軽スポーツ(体験)	2月21日(金) 13時30分～15時00分	30人	成人 特に 高齢の方	【ポッチャ】室内用ペタンクで障害のある方も楽しめます。 【ディスクッタ9】ディスクを使った的抜きゲームを楽しみます。
参加方法	○本教室のみ、ご参加は斑鳩町在住・在勤の方に限らせて頂きます。 ○参加料は無料です。入会不要。 ○運動ができる服装でご参加ください。 ○参加のお申込みは元気クラブいかるが事務所まで。(先着順) ○駐車場に限りがございます。お車でのご来場はお控え下さい。			

【子供・ファミリー向け教室受講中の皆様へ】平成26年度<継続>受講希望者募集

12月初旬に平成26年度 子供・ファミリー向け教室(一部除く)の募集案内を各教室にて配布致します。現在受講されている方は優先的に継続受講出来ますので、希望者は募集期間(案内配布から2月1日(土)まで)に必ず申し出て下さい。(対象の教室につきましては事務局までお問い合わせ下さい。)

◆H25年度 元気クラブいかるが年会費◆

当クラブ主催の教室・イベントにご参加頂く際は必ず年会費をお納め下さい。

	一般会員・サポート会員					賛助会員	法人会員
	個人	下半期※1	ファミリー	団体※2	障害者※3		
①未就学児	500	500	500	500	500	5,000	10,000
②小・中学生	500	500	500	500	500		
③高校生～成人	2,000	1,000	1,500	1,700	1,000		
④70歳以上	1,500	1,000	1,000	1,300	1,000		

※1 10月以降にご入会の、高校生以上の個人の方には、年会費の「下半期割引」が適用されます。

※2 10名様以上のグループは団体会員としてご入会頂けます。

※3 障害者会員としてご入会頂く際は、障害者手帳のご提示をお願い致します。

※ 会費には、1年間の傷害保険が含まれています。入会時にクラブの規約、保険説明書をお渡しします。
 ※ 新規にご入会の方には会員証をお渡し致します。(昨年度以前にご入会の方は、入会年度の会員証をお持ち下さい。)
 ※ お納め頂いた年会費はお返しすることは出来ませんので、あらかじめご了承下さい。

教室・イベントに関するお問い合わせ・お申し込みは NPO法人元気クラブいかるが事務所 まで。

斑鳩町中央体育館内 電話・FAX: 0745-51-7181

【受付時間】9:00～17:00【休業日】日曜日・水曜日

電子メール info@gcikaruga.com ホームページ http://gcikaruga.com/



☆☆☆サポーター募集中☆☆☆ 学校支援事業等をお手伝い下さる方を募集しています。詳しくは事務局まで。

スポーツ振興くじ助成事業

■子供・ファミリー向け教室

教室名	募集対象者	募集人数	会場	曜日	時間	受講料※
トランポリン キッズ教室	4歳～就学前 【日程】1月=20 2月=3・17 3月=3・17・24	なし	アリーナ	月	16:00～17:15	2,400円 22回/年
トランポリン ジュニア教室	1部 年長～小学3年(初心者・経験者)	なし	アリーナ	土	9:00～10:30	3,600円 32回/年
	2部 小学1年～3年(経験者) 小学4年～6年(初心者・経験者)	なし			10:30～12:00	
バドミントン	小学4年生～中学生 【日程】1月=11・18・25 2月=1・15・22 3月=8・15・22	1人	アリーナ	土	9:30～11:00	2,000円 37回/年
新体操	1部 年中・年長	なし	アリーナ	火	16:30～17:30	4,000円 36回/年
	2部 小学1年生～3年生	なし			17:30～18:30	
	3部 小学4年生～6年生	4人			18:30～19:30	
一輪車	小学1年生～6年生 【日程】1月=20 2月=3・17 3月=3・17・24	なし	アリーナ	月	17:30～19:00	1,200円 18回/年
キッズふれあい教室	2歳～未就学児とお母(父)さん 【日程】1月=11・18・25 2月=1・15・22 3月=休み	28人	武道場	土	13:00～14:30	1,800円 12回/年
キッズチアリーダー	1部 年長～小学1年生	1人	武道場および	土	※別途お知らせ致します。	3,600円 34回/年
	2部 小学2年生～6年生	1人	サブアリーナ			
キッズHIPHOPダンス	1部 年中	なし	武道場	木	15:15～16:00	4,000円 36回/年
	2部 年長～小学3年生	なし			16:00～17:00	
子供テニス (硬式)	1部 小学1年生～2年生	5人	中央体育館 テニスコート	月	16:00～17:00	3,600円 36回/年
	2部 小学3年生～4年生(初心者)	7人			16:45～18:00	
	3部 小学5年生～6年生(経験者)	7人			17:45～19:00	
陸上競技	小学3年生～6年生 【日程】 ※今期はお休みします。	なし	健民グラウンド他	土	9:00～10:00	12回/年
ドッジボール	年長～小学6年生 【日程】1月=25 2月=22 3月=未定	8人	斑鳩小体育館	土	9:30～11:30	600円 未定/年

■成人・高齢者向け教室

教室名	募集対象者	募集人数	会場	曜日	時間	受講料※
バドミントン	中学生	なし	アリーナ	土	9:30～12:00	2,000円
	高校生以上					3,300円
【日程】1月=11・18・25 2月=1・15・22 3月=1・8・15・22・29 40回/年						
ラージボール卓球	火曜 成人・高齢者	17人	アリーナ	火	13:30～16:00	3,000円
	木曜 成人・高齢者	28人	アリーナ	木	13:30～16:00	3,000円
【日程】1月=7・14・21・28 2月=4・18・25 3月=4・11・25 45回/年						
バウンドテニス	月曜 成人・高齢者	20人	アリーナ	月	19:00～20:30	1,800円
	木曜 成人・高齢者	14人	アリーナ	木	9:30～12:00	2,400円
【日程】1月=20 2月=3・17 3月=3・17・24 6回/年						
けんこうフォークダンス	成人・高齢者	20人	アリーナ	火	15:00～17:00	1,500円
世界の民謡・舞踊を取り入れ楽しく踊ります。 【日程】1月=21 2月=18 3月=18 12回/年						
トランポピクス PARTⅢ	1部 成人・高齢者(初心者)	12人	アリーナ	金	13:00～14:30	3,000円
	2部 成人・高齢者(経験者)	8人			14:30～16:00	
【日程】1月=10・24 2月=14・28 3月=14・28 18回/年						
ジョギング	成人・高齢者	3人	中央体育館周辺他	土	9:00～11:00	18回/年
【日程】 ※今期はお休みします。						
ソフトエアロピクス	成人・高齢者	4人	武道場	金	10:30～12:00	5,500円
【日程】1月=10・17・24・31 2月=14・21・28 3月=7・14・21・28 43回/年						
阿波踊り	成人・高齢者	1人	武道場	日	13:00～14:30	1,800円
【日程】1月=12・26 2月=2・23 3月=9・23 24回/年						
レディーステニス	1部 成人・高齢者(経験者)	なし	中央体育館 テニスコート	月	9:00～10:30	10,000円
	2部 成人・高齢者(初心者)	4人			10:30～12:00	
【日程】1月=6・20・27 2月=3・17・24 3月=3・10・17・24 40回/年						
シニアフラダンス教室	※今年度の開催は中止させて頂きました。H26年度より募集を再開致します。					
ヨガ	1部 成人・高齢者	4人	中央公民館	月・ 第3金	13:15～14:45	6,000円
	2部 成人・高齢者	4人			15:00～16:30	
【日程】1月=6・13・17・27 2月=3・10・21・24 3月=3・10・21・24 47回/年						
リハビリヨガ	1部 成人・高齢者 腰・膝・関節等の痛み があり、運動を勧められている方	5人	生き生きプラザ斑鳩	木	9:10～10:30	2,700円
	2部 成人・高齢者 腰・膝・関節等の痛み があり、運動を勧められている方	なし			10:40～12:00	
【日程】1月=16・23・30 2月=13・20・27 3月=6・13・20 36回/年						
ノルディックウォーキング	成人・高齢者	4人	中央体育館	火	9:30～10:50	600円
【日程】1月=休み 2月=25 3月=25 8回/年						
文化講座 パソコン教室	1部 成人・高齢者	1名	中央公民館	月	9:00～10:20	12,000円
	2部 成人・高齢者	なし			10:30～11:50	
【日程】1月=6・13・20・27 2月=3・10・17・24 3月=3・10・17・24 48回/年						
出前講座 元気アップ体操教室	老人会・婦人会や福祉会など、地域にベテラン講師が出向きます。皆さんの健康維持の為に活用して下さい。 日程・費用などはご相談下さい。(体験は2,000円/時間 体験期間および受講料は相談)					

※受講料は、本表に記載の期間に対する金額です。

※会場欄の「アリーナ」「サブアリーナ」「武道場」は、斑鳩町中央体育館です。

※募集人数「なし」の教室におきましても、欠員が出れば受講可能な場合がございます。詳しくは事務所までお問い合わせ下さい。