



Joyまつり 12月1日(日) 午前9時～午後5時 屋内グラウンド

参加無料!!

アリーナ 体操教室、ペタンク大会、発表会など、みんなで楽しめるイベントを企画しています!

1 子どもの身体づくり教室 -思い通りに体を動かそう!-

(9:30~10:30 小5~中学生、10:40~11:30 小1~小4)

講師: 松本彩乃先生 企画: 南砺市城端地域体育協会・クラブ Joy 合同企画

子どもの成長期に必要なトレーニングが学べます。

普段は意識しない身体の上手な動かし方を、みんなで体験しましょう!



2 もちつき大会 (11:30~12:15)

☆晴天の場合は、外で行います



3 ペタンク大会 スポレクデー (12:00~15:15)

トーナメント開催! (事前申込み必要)



4 発表会 (15:30~16:10)

- ①三味線 ②城涛会
- ③あなたもフラガール
- ④キッズダンスアカデミー



5 大抽選会 (発表会終了後)

誰でも参加できます!

豪華賞品が当たるかも!?



フィットネスルーム 体操の無料体験教室を開催します! ※事前申し込みが必要です

1 楽ヨガ (10:00~11:00)

講師: 堀川ゆう子先生

持ち物: 飲み物・タオル



※ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。

2 ビューティーエクササイズ (13:00~14:00)

講師: 坂下朋子先生

持ち物: 飲み物・タオル

内履きズック



2階ロビー お手軽にクラフトを楽しみましょう! 親子での参加、大歓迎!

■ 工作づくり (10:30~14:30)

- ◆松ぼっくりツリー
- ◆凧づくり



その他 飲食販売・作品展示も行っています。

■ 1階ロビー 飲食物販売



■ 会議室 作品展示

- ◆基本書道◆絵手紙◆フラワーアレンジメント◆スポ少展示
- ◆Joy☆ガーデニング隊◆パッチワーク◆ペン字

3期教室が始まります! 受講生募集中!! お申し込みはクラブJoy事務室まで

曜日	時間	教室名	受講料	初回日	回数	対象
月	20:00 ~ 21:00	パワーJoy エアロ	3,500円	12月2日	全 12 回	一般
火	13:30 ~ 14:30	あるいてビクス&マットEX.ストレッチ	4,500円	12月3日	全 12 回	一般~高齢者
	14:45 ~ 15:45	姿勢改善 EX.	4,500円		全 12 回	一般~高齢者
	19:00 ~ 19:50	健康アップ太極拳	3,500円		全 12 回	中学生~高齢者
	20:00 ~ 21:00	バレトン	4,000円		全 12 回	一般~高齢者
水	19:00 ~ 20:00	トランポエクササイズ	5,000円	12月4日	全 9 回	一般~高齢者
	20:10 ~ 21:25	ヨーガ	5,000円		全 12 回	一般
木	10:00 ~ 11:00	いきいき3B 体操	4,000円	12月5日	全 12 回	一般~高齢者
	18:30 ~ 20:00	ペン字	3,500円	12月12日	全 8 回	中学生~高齢者
	19:00 ~ 20:00	あなたもフラガール	4,000円		全 10 回	一般
	20:15 ~ 21:15	デトックス&スローピラティス	4,000円		全 12 回	一般~高齢者
金	10:30 ~ 11:30	楽ヨーガ	5,000円		12月6日	全 12 回
	20:00 ~ 21:00	さわやかフィットネス	5,000円	全 13 回		一般~高齢者
土	14:30 ~ 16:00	ひきしめピラティス	4,000円	12月7日	全 13 回	一般~高齢者
	16:30 ~ 17:15	キッズダンスアカデミー	4,000円		全 13 回	幼児~小学生



休館日のお知らせ

12月29日(日)~1月3日(金)



上記の期間中は完全休館とさせていただきます。

※1月4日(土)は午前9時から開館いたします。

ご了承のほど、よろしくお願い致します。

12月より年会費割引開始!

- ・高校生
- ・60歳以上
- ・一般

2,000円

NPO 法人 クラブ Joy
南砺市城南屋内グラウンド内 事務局
〒939-1861
南砺市城端字吉兵衛島310
HP: <http://www.clubjoy.jp/>

TEL : 0763-62-2701
FAX : 0763-62-2718
MAIL : info@clubjoy.jp
開館時間 : 平日 9:00~21:30
日祝日 9:00~17:00

桜ヶ池クライミングセンター
TEL : 0763-62-8123 (FAX 兼用)
開館時間 : 9:00~18:00
休館日 : 毎週火曜日

(キリトリ)

Joyまつり 無料体験教室申し込み用紙 ※希望教室に をしてください。

12/1 10:00~11:00	楽ヨーガ
12/1 13:00~14:00	ビューティーエクササイズ

<氏名>

<年齢> 歳

<会員No.>

・なし 男 ・ 女

<住所>

<連絡先>