

総合型地域スポーツクラブ

イベント情報

2019年
10月～12月

元気ひまわりクラブ三郷 のわくわく広場

主催：(一社)元気ひまわりクラブ三郷
担当：公文(TEL 0745-73-2223)

「子どもたちのボール遊びの場がない!」という保護者の方々のご意見からボール遊びの場を提供することにしました。アリーナ内で、ボールを使って自由に遊んで、脳とカラダを活性化しましょう!

実施日 10月1日(火)、11月5日(火)
12月3日(火) 各日18:00～19:00
場所 三郷町スポーツセンターアリーナ
参加費 無料(上履き持参)
参加対象 年中児～小学3年生

KKSC 外ヨガ in 檀原運動公園屋根付き運動場

主催：NPO法人
檀原健康スポーツクラブKKSC
担当：前川(TEL 090-5675-3321)

秋空の下、自然を感じ深く呼吸しながらゆったりヨガのポーズを楽しみませんか? リラックス効果も抜群、自然の中で身体を伸ばしリフレッシュする中で、自律神経を整えます。 ※事前申込不要

実施日 10月3日(木)10:00～11:30
場所 檀原運動公園屋根付き運動場
参加費 500円(保険料込み)
参加対象 一般 男性も歓迎!

ルディックウォーキング体験

主催：NPO法人
檀原健康スポーツクラブKKSC

担当：前川(TEL 090-5675-3321)
2本のポールを使うことで、姿勢よく活動量を上げたウォーキングが楽しめます。膝や腰の痛みのある方でもポールが体を支えてくれるので、比較的楽に有酸素運動をしていただけます。2コースからご自分に合ったコースを選択してください。

実施日 10月30日(水) 9:00～11:00
11:00～交流会(参加自由)
場所 県立檀原公苑本館(受付場所)
経路者：小房観音周辺(4.5km)
初心者：檀原公苑周辺(1.5km)
参加費 500円(保険料込) 参加対象 一般

第22回 秋のグラウンド・ゴルフ大会 文陽堂カップ

主催：NPO法人吉野スポーツクラブ
担当：林(TEL 0746-32-1119)

紅葉に彩られた吉野運動公園で、恒例のグラウンド・ゴルフ大会を開催いたします。グラウンド・ゴルフで交流を深め、大抽選会を楽しみ、秋の一日を満喫しませんか? 皆様多数のご参加をお待ちしています。

実施日 11月9日(土)9:00～
予備日 11月10日(日)
場所 吉野運動公園 陸上競技場・野球場
参加費 1,000円 参加対象 一般

健康講座 & 交流会

主催：NPO法人
檀原健康スポーツクラブKKSC
担当：前川(TEL 090-5675-3321)

奈良県医科大学「疫学・予防医学講座」の佐伯圭吾教授に「みんなで取り組もう、フレイル予防」というタイトルでご講演いただきます。フレイルとは年齢により心身が衰えた状態のことですが、その予防対策について考えてみませんか。 ※11月2日(土)より申込受付

実施日 11月15日(金)
12:30受付 13:15～15:30
場所 檀原市中央公民館 3F講堂
参加費 無料 参加対象 一般

ライフ・チャレンジ・ザ・ウォーク in あすか2019

主催：NPO法人楽スポあすか
担当：辰巳(TEL 0744-54-2810)

キラ古墳周辺の公園内をゲームやクイズを楽しみながら、のんびりウォーキングしましょう。詳細はお問い合わせください。 ※11月11日(月)より申込受付

実施日 12月1日(日)9:00～12:00
場所 明日香村近隣公園
国営飛鳥歴史公園キラ古墳周辺地区
参加費 無料 ★小学生以下は保護者同伴
参加対象 子どもを含むグループ

キッズ(U-9) サッカーフェスティバル2019 in ござ

主催：NPO法人御所スポーツクラブ
担当：宮城(TEL 0745-60-2170)

Jリーグを目指している奈良クラブ(JFL)の協力で、サッカーを通してからだを動かすことが大好きで心豊かな子どもを育てることを目的に実施する。また12月の入権週間行事として今回、入権について、考えてもらえる参加型イベントとしても開催する。

実施日 12月8日(日)10:00～12:00
場所 御所市立大正小学校
参加費 無料
参加対象 4歳児(年中)～小学3年生(120名)

KKSC ウィンター軽スポーツ交流会

主催：NPO法人
檀原健康スポーツクラブKKSC
担当：山本(TEL 090-5662-2569)

幼児からシニアの方まで一緒に公式ワナゲとピンボリングを楽しむ交流会です。チーム・ペア・ファミリー・子ども同士(小学生以上)・おひとりでの参加をお待ちしております。 ※12月2日(金)よりFAX(0744-28-6720)にて申込受付

実施日 12月27日(金)
9:30～12:00(受付9:00)
場所 県立檀原公苑第一体育館
参加費 無料
参加対象 幼児～シニア(40名)

KKSC 子どもウィンターフィットネス

主催：NPO法人
檀原健康スポーツクラブKKSC

担当：小野澤(TEL 090-5662-2569)
かけっこや運動ゲーム等楽しみながら、からだをうまく扱う運動を中心に、体幹(体の土台づくり)を意識した運動を行います。こころとからだを整えて冬を元気に過ごしましょう。 ※12月2日(月)よりTELにて申込受付

実施日 12月23日(月)16:00～17:30
場所 県立檀原公苑第一体育館
参加費 500円(保険料込み)
参加対象 年長児～小学生(35名)