



## かみすスポーツクラブ会員募集!

かみすスポーツクラブは、年齢・性別・運動レベルに関わりなくすべての人がスポーツに親しむことのできる新しいスポーツライフのしくみです。  
地域の皆さんが主役となり、ご年配の方から子供たちまで世代を超えた交流を深め、健康でいきいきとした生活を送り!地域の絆作り!の拠点として活動します!  
かみすスポーツクラブは、主役である地域のみなさまが自主運営で活動をおこなうため、さまざまなスポーツ・文化を楽しむことができます。

### 入会のご案内

区分	入会金	年会費
一般	2,000円	7,000円
シニア (65歳以上)	2,000円	5,000円
ジュニア (15歳以下)	2,000円	3,000円
ファミリー (同居の家族2人以上)	加入者1人に付き 2,000円	一口に付き 10,000円
賛助	—	10,000円

\* 入会手続は、かみすスポーツクラブ事務所で行なっていただきます。

\* 入会金は、入会時のお支払となり次年度以降は必要ありません。

## ノルディックウォーキング in 小町山

日時: 令和6年 3月 3日 日曜日 雨天中止

コース: 小町山ハイキングコース (土浦市)

・小町ふれあい広場-腰掛石-水飲み沢

-朝日峠展望公園 (標高302m)

【片道2.2km 往復で約1時間30分】

行程: 8時00分 かみすスポーツクラブ事務所

集合・出発 (マイクロバス)

9時30分 小町山ふれあい広場着

10時00分 ノルディックウォーキング 出発

12時00分 ノルディックウォーキング 終了・昼食

13時30分 小町山ふれあい広場出発 (マイクロバス)

15時00分 かみすスポーツクラブ事務所着・解散

参加費: 1,000円 (マイクロバス・昼食・保険代 他)

申込: かみすスポーツクラブ事務所 (参加人数20名迄 先着順)


## 第5回 かみすスポーツクラブ 卓球大会開催

日時: 3月29日 (金) 9:00 ~ 12:00 \*卓球自主教室

場所: 神栖市民体育館



# 3月活動スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
 <div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>◇ 施設等の都合により 会場および、時間の変更があります。</p> </div>					3/1	3/2
					*卓球自主教室* 10:00~12:00 (神栖市民体育館)	*ヨガ* 13:30~15:00 (クラブ事務所体育室)
3/3	3/4	3/5	3/6	3/7	3/8	3/9
ルディックウオーキング in小町山  <b>事務所休館日</b>	*グラウンド・ゴルフ* 【記録会】 8:30~12:00 (神之池G・G場)	*卓球自主教室* 10:00~12:00 (神栖市民体育館)	 <b>事務所休館日</b>	*ルディックウオーキング* 10:00~ (神之池公園) *ユニカル* *スポーツ吹矢* 13:00~15:00 (武道館大道場)	*卓球自主教室* 10:00~12:00 (神栖市民体育館) *ファミリーバドミントン* 19:00~21:00 (武道館大道場)	*ヨガ* <b>お休み</b>  <b>事務所休館</b>
3/10	3/11	3/12	3/13	3/14	3/15	3/16
*ルディックウオーキング* 10:00~ (神之池公園) *オープン種目* 9:00~11:00 (うずもコミセン)	*グラウンド・ゴルフ* 8:30~12:00 (神之池G・G場)	*卓球自主教室* 10:00~12:00 (神栖市民体育館) *健康体操* 18:30~20:30 (クラブ事務所体育室)	 <b>事務所休館日</b>	*ルディックウオーキング* 10:00~ (神之池公園) *ユニカル* *スポーツ吹矢* 13:00~15:00 (武道館大道場)	*卓球自主教室* 10:00~12:00 (神栖市民体育館)	*ヨガ* 13:30~15:00 (クラブ事務所体育室)
3/17	3/18	3/19	3/20	3/21	3/22	3/23
*ルディックウオーキング* 10:00~ (神之池公園)	*グラウンド・ゴルフ* 8:30~12:00 (神之池G・G場)	*卓球自主教室* 10:00~12:00 (クラブ事務所体育室)	 <b>事務所休館日</b>	*ルディックウオーキング* 10:00~ (神之池公園) *ユニカル* *スポーツ吹矢* 13:00~15:00 (武道館大道場)	*卓球自主教室* 10:00~12:00 (神栖市民体育館) *ファミリーバドミントン* 19:00~21:00 (武道館大道場)	*ヨガ* 13:30~15:00 (クラブ事務所体育室)
3/24	3/25	3/26	3/27	3/28	3/29	3/30
*ルディックウオーキング* 10:00~ (神之池公園) *オープン種目* 9:00~11:00 (うずもコミセン)	*グラウンド・ゴルフ* 8:30~12:00 (神之池G・G場)	*卓球自主教室* 09:00~12:00 (神栖市民体育館) *健康体操* 18:30~20:30 (クラブ事務所体育室)	 <b>事務所休館日</b>	*ルディックウオーキング* 10:00~ (神之池公園) *ユニカル* *スポーツ吹矢* 13:00~15:00 (武道館大道場)	*卓球自主教室* クラブ卓球大会 09:00~12:00 (神栖市民体育館)	*ヨガ* 13:30~15:00 (クラブ事務所体育室)
3/31	≪教室参加に必要なもの≫ ★会員証は必ずご持参ください。 ※会員証をお忘れの場合は、ビジター料金(500円)を頂く場合がありますので注意しましょう。 ★体育館・クラブ事務所体育室は室内シューズで！健康体操・ヨガは各自マットをご持参ください。 ★動きやすい服装、飲み物・タオルは各自ご持参ください。					
*ルディックウオーキング* 10:00~ (神之池公園)	≪クラブに関して解らないときは？≫ ★ご不明な点や確認したいことがあったら、まずは事務所に連絡を・・・ ★事務所開館 10:00~16:00 (日曜日・祭日12:00迄) ※休館日：水曜日/年末年始・夏季・GW 休暇					