

# 《 サークル・スクール一覧 》

サークル名	活動日時	活動場所	備考
ソフトバレー ポール	毎週月曜 午後7時～9時	城山第二体育館	幅広い年代の愛好者が男女問わず集まって活動しています。
山楽会（登山）	毎月第2火曜日	県内外の山々	毎月県内外の山々を上っています。冬季間は講習会を開催します
バウンドテニス	毎週水曜日 午後1時～3時	二本松福祉センター 体育室	愛好者が集まって活動しています。
	毎週木曜日 午後7時～9時		
卓球	毎週水曜日 午前10時～12時	二本松文化センター 体育室	愛好者が集まって活動しています。
	毎週木曜日 午前10時～12時	城山第二体育館	
バドミントン	毎週水曜日 午後7時～9時	城山総合体育館	愛好者が集まって活動しています。 （定員40名）
	毎週金曜日 午前10時～12時	城山第二体育館	愛好者が集まって活動しています。 （定員30名）
ハンドメイド	毎週木曜日 午後1時30分～3時30分	二本松文化センター 会議室	パッチワーク・エコクラフト等様々な作品を作ってきます。
硬式テニス	毎週金曜日 午前10時～12時	城山庭球場	愛好者が集まって活動しています。クラブ内指導者が指導します。
	毎週土曜日 午後7時～9時		
ヘルスアップ T O G O	毎週火曜日・木曜日 午後7時～8時	城山総合体育館 トレーニング室	健康増進・体力アップを目標として活動しています。
二本松 ランニング クラブ	毎週水曜日 午後7時～9時	城山総合グラウンド他	競技力アップ・体力増強を目標として活動しています。クラブ内指導者が指導します。
ソフトテニス	毎週日曜日 午後7時～9時	城山庭球場	愛好者が集まって活動しています。クラブ内指導者が指導します。
ヨガ	毎週金曜日 午前10時～11時30分	勤労者福祉会館 大会議室	幅広い年代の方が参加されています。男女問わず参加できます。 参加費：毎月1,000円 体験1回無料
	毎週金曜日 午後1時30分～3時	二本松文化センター 日本間	
	毎週金曜日 午後6時30分～8時	二本松文化センター 日本間	
フラダンス	毎月第1・2火曜日 午後7時～8時30分	市民交流センター 第3会議室	フラの曲に合わせて楽しく体を動かしています。 参加費：毎月1,500円 体験1回無料
シニアスポーツ	毎月第2・4火曜日 午前10時～11時30分	二本松文化センター 日本間	年間を通していろいろなスポーツを体験します。参加費：毎月1,000円
レクダンス	毎週水曜日 午後1時30分～3時	二本松文化センター 講習室	歌謡曲に合わせて楽しく体を動かしています。 参加費：毎月1,000円 体験1回無料
ストレッチ教室	毎月第1・3水曜日 午後3時～4時30分	二本松文化センター 研修室	無理のない範囲でストレッチや、貯筋体操を行いながら体のケア・ロコモ予防を目的として活動しています。体験の場合も下記参加費がかかります。 参加費：会員1回500円 非会員1回1,000円
心と体を 輝かせ 自分 を ケア	毎月第2・4水曜日 午後7時～8時30分	二本松文化センター 日本間	ヨガやピラティスなどを取り入れながら心と体を整えます。 参加費：毎月1,000円体験1回無料
スポーツ吹矢	毎週木曜日 午後1時30分～3時30分	二本松文化センター 研修室	スポーツ吹矢独特の呼吸法で健康に！ 参加費：毎月1,000円体験1回無料
チャレンジ☆ キッズクラブ	毎月1回（全10回）開催予定	二本松文化センター 研修室	小学校1～3年生対象 参加費2,000円（年会費・スポーツ安全保険・活動費を含む）

スクール名	活動日時	活動場所	備考
ラグビー (小学生対象)	毎週金曜日 午後7時～9時	城山第二体育館	クラブ内指導者が指導します。
ソフトテニス アンダー14 (中学生対象)	毎週月曜日・木曜日 午後6時30分～9時30分	城山庭球場 (4月～11月) 城山総合体育館 (12月～3月)	クラブ内指導者が指導します。 (定員40名程度) ※参加希望の場合はクラブ事務局までお問い合わせください。
ソフトテニス ジュニア (小学生対象)	毎週火曜日・土曜日 午後6時～9時	城山庭球場 (4月～11月) 城山総合体育館 (12月～3月)	クラブ内指導者が指導します。 (定員60名程度) ※参加希望の場合はクラブ事務局までお問い合わせください。

◎サークル・スクールは、会員でなければ参加できません。入会・更新手続きをきちんと行ってください。活動の前に会員証の確認をします。

◎体験・見学の場合は、事前にクラブ事務局（0243-23-5121）までご連絡ください。

◎詳細（開催日・開催場所等）は、毎月発行の会報をご覧ください。

(一社) にほんまつ城山クラブ 事務局

二本松市榎戸1-92 (二本松文化センター内)

Tel 0234-23-5121 Fax 0243-22-7171