



総合型地域スポーツクラブ
Sadowara Sports Club

NPO
法人

佐土原スポーツクラブ

無料体験実施中!!
各教室 一回は
無料で参加できます。



スポーツ振興くじ協賛事業

スポーツ教室一覧

平成25年10月～平成26年3月
みんなでつくる、みんなのクラブです!! 指導者・運営ボランティア募集中!

連絡先

NPO法人 佐土原スポーツクラブ

TEL/0985-73-4442 FAX/0985-71-1740

住所/〒985-0231 宮城県佐土原市下馬場19278-3

HP/ <http://www.sadowara-cc.com>

★ 初めて参加される方は、クラブ事務局までお電話下さい。

会場の都合で日程が変更になることがあります。クラブより・HPにてご確認ください。

ジュニア向けは!

ジュニアバドミントン教室

対象/小学生
講師/山内 暁

ジュニア向けに指導します
●開催日: 毎週月曜日

10月 7・21・28日
11月 11・18・25日
12月 2・9・16日
1月 6・20・27日
2月 3・10・17・24日
3月 3・10・17・24日

●受講料: 2,000円 (月額)
●場 所: 広瀬中学校
●時 間: 18:00～19:45

基盤から指導します。
初心者も大丈夫です!

さんずう・こくこ教室

対象/小学生
講師/河野 恵、井上 聖子、後藤 通子

さんずう・こくこを指導します
●開催日: 火曜日 (月3回)

10月 8・15・22日
11月 12・19・26日
12月 3・10・17日
1月 14・21・28日
2月 4・11・18日
3月 4・11・18日

●受講料: 1,500円 (月額)
●場 所: 栗駒公民館
●時 間: 16:30～17:30

和歌の朗読、歌の読み聞かせ、絵本の読み聞かせ、お話を聞かせます。

なでしこ・サムライサッカー

対象/小学生
講師/高木 利幸、大脇 辰也

元気に体を動かそう!
●開催日: 毎週水曜日

10月 2・9・16・23・30日
11月 6・13・20・27日
12月 4・11・18日
1月 8・15・22・29日
2月 5・12・19・26日
3月 5・12・19日

●受講料: 会費2,000円 (月額)
●場 所: 広瀬小学校
●時 間: 16:00～18:00

みんなで楽しくサッカーをしよう!
コーチ・トレーナーも協力します。

フットサルサークル (中学生以上)

対象/中学生以上
講師/木下 健生、屋宮 大地

フットサルサークルを指導します
●開催日: 毎月第1・3水曜日

10月 2・16日
11月 6・20日
12月 4・18日
1月 8・22日
2月 5・19日
3月 12・19日

●受講料: 会 員 / 300円
非会員 / 500円
●場 所: 佐土原体育館
●時 間: 20:00～22:00

中学生以上なら、フットサルサークルを指導します。
初心者も大丈夫です!

ジュニアソフトテニス

対象/中学生、高校生
講師/井上公子、末吉正枝

中学生向けのソフトテニス教室です。
●開催日: 毎月第2・4水曜日

10月 10・24日
11月 14・28日
12月 12・19日
1月 9・23日
2月 13・27日
3月 13・20日

●受講料: 会費1,500円 (月額)
●場 所: 佐土原体育館
●時 間: 20:00～22:00

先週ソフトテニスのコーチになる指導者が変わりますので、楽しみにしてください。

ジュニアえいご教室

対象/小学生
講師/サイエッド・モハメド

えいごを基礎から指導します
●開催日: 水曜日 (月3回)

10月 3・10・17日
11月 7・14・21日
12月 5・12・19日
1月 9・16・23日
2月 6・13・20日
3月 6・13・20日

●受講料: 会費1,500円 (月額)
●場 所: くじら館
●時 間: 16:30～17:30 (小学生)
17:30～18:30 (中学生)

4ヶ月間の授業により、英語の基礎を身につけます。

NEW キッズチア教室

対象/小・中学生
講師/黒木ひろみ

キッズチアを指導します
●開催日: 水曜日 (月3回)

11月スタート!

11月 7・14・21日
11月 11・18・25日
12月 5・12・19日
1月 9・16・23日
2月 6・13・20日
3月 6・13・20日

●受講料: 会費3,000円 (月額)
●場 所: くじら館
●時 間: 17:00～18:00

スゴロウ大会や、お祭りなどで、チアを披露します。

アクティブキッズ教室

対象/小学生
講師/井上 聖子、後藤 通子、宮城スズ・フットレーナー学校

運動好きな子どもにも、運動が苦手な子どもにも指導します
●開催日: 毎週金曜日

10月 4・11・18日
11月 11・18・25日
12月 5・12・19日
1月 9・16・23日
2月 6・13・20日
3月 7・14日

●受講料: 会費1,000円 (月額)
●場 所: 広瀬小学校体育館
●時 間: 17:00～18:30

運動が苦手な子どもにも、運動が好きな子どもにも指導します。

みんなが楽しく!

バドミントン教室

対象/どなたでも
講師/伊豆 正徳、高橋 章、甲斐 隆幸、鬼塚 肇

初心者も経験者も大歓迎!
●開催日: 毎週月曜日

10月 7・21・28日
11月 11・18・25日
12月 2・9・16日
1月 6・20・27日
2月 3・10・17・24日
3月 3・10・17・24日

●受講料: 会費 300円 (1回)
非会員500円 (1回)
●場 所: 広瀬中学校
●時 間: 20:00～21:30

基礎練習から指導します。

ロコモ予防体操教室 ザ・ナイト

対象/どなたでも
講師/福田 俊博、安永 淳子、深川 浩史

夕方お時間がある人向け
●開催日: 月曜日 (月3回)

10月 7・21・28日
11月 11・18・25日
12月 2・9・16日
1月 6・20・27日
2月 3・10・17日
3月 3・10・17日

●受講料: 会費1,500円 (月額)
●場 所: くじら館
●時 間: 18:45～19:45

高齢者のロコモ予防に効果的な運動を指導します。

硬式テニス教室

対象/どなたでも
講師/谷山 幸洋、若瀬 勝行、藤田 雄平

基礎から丁寧に指導します
●開催日: 毎週火曜日

10月 1・8・15・22・29日
11月 5・12・19・26日
12月 3・10・17・24日
1月 7・14・21・28日
2月 4・11・18日
3月 4・11・18・25日

●受講料: 会費 500円 (1回)
非会員700円 (1回)
●場 所: 佐土原体育館
●時 間: 20:00～22:00

初心者から上級者まで指導します。

ゴルフ教室

対象/どなたでも
講師/アビゲイザー: 野々垣 猛

基礎の基礎から指導します
●開催日: 毎週火・金曜日

10月 1・8・15・22・29日
11月 5・12・19・26日
12月 3・10・17・24日
1月 7・14・21・28日
2月 4・11・18日
3月 4・11・18・25日

●受講料: 会費 700円/1500円
●場 所: グラスガーデン倶楽部
●時 間: 19:15～20:45

アビゲイザーが、基礎から優しく指導します。

フィットネスフラダンス教室

対象/どなたでも
講師/河野 紀美子

人気のフラダンスです
●開催日: 毎週木曜日

10月 3・10・24日
11月 14・21・28日
12月 5・12・19・26日
1月 9・16・23・30日
2月 6・13・20・27日
3月 6・13・20・27日

●受講料: 会費 500円 (1回)
非会員700円 (1回)
●場 所: くじら館
●時 間: 14:00～15:00

毎月第4水曜日は、エアロビクスをしています。

ロコモ予防体操教室 ザ・デイ

対象/どなたでも
講師/三原 成人

平日昼間にお時間がある人向け
●開催日: 毎月第2・4金曜日

10月 11・25日
11月 8・22日
12月 6・20日
1月 10・24日
2月 14・28日
3月 14・28日

●受講料: 会費1,000円 (月額)
●場 所: くじら館
●時 間: 10:30～11:30

時勢の急変を、予防します。

卓球教室

対象/どなたでも
講師/原田 孝一、立山 結

自分のレベルで楽しんでいます
●開催日: 毎週金曜日

10月 4・11・18・25日
11月 8・15・22・29日
12月 6・13・20日
1月 10・17・24日
2月 14・21・28日
3月 7・14・28日

●受講料: 会費 500円 (1回)
非会員700円 (1回)
●場 所: 佐土原体育館
●時 間: 20:00～22:00

丁寧な指導のもと、自分のレベルで楽しんでいます。

ミニバレーサークル

対象/どなたでも

初心者大歓迎!
●開催日: 毎月第2・4日曜日

10月 13・27日
11月 10・24日
12月 8・22日
1月 12・26日
2月 9・23日
3月 9・23日

●受講料: 会費 無 料
非会員200円
●場 所: 広瀬小学校
●時 間: 20:00～22:00

月曜休校、ミニバレーを楽しんでいます。

※場所の確保ができなかったり、悪天候のためお休みする場合があります。ご了承下さい。事務局へお問い合わせ、またはホームページでご確認ください。