



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!!  
各教室一泊は  
無料で参加できます。



## スポーツ教室一覧

平成26年4月～平成27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/〒980-0231 宮城県佐土原市下田19275-3

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。

日程については、月間カレンダー・ホームページにてご確認ください。

ジュニア向け!!

**ジュニアバドミントン教室**

対象/小学生  
講師/山内 誠、池下和弘

ジュニア向けに指導します  
●開催日: 毎週月曜日



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

基礎から指導します。  
初心者も大丈夫です!

**なでしこ・サムライサッカー教室**

対象/小学生  
講師/高木 利幸

元気に体を動かそう!  
●開催日: 毎週水曜日



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

みんなで楽しくサッカーをしよう!  
コーディネーショントレーニングも取り入れます!

**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、松原 拓矢

初心者も上手に楽しくプレー!  
●開催日: 毎月第2・4水曜日



●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、  
どなたでも参加出来ます。  
初心者も上手に楽しくプレー!

**ジュニアソフトテニス教室**

対象/中学生、高校生  
講師/井上公子、末吉正枝

中・高生向けのソフトテニス教室です。  
●開催日: 毎週木曜日



●受講料: 会費3,000円(月額)  
●場 所: 佐土原体育館  
●時 間: 20:00～22:00

元世界チャンピオンの  
コーチによる指導が  
受けられます!!

**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: 木曜日(月3回)



●受講料: 会費1,500円(月額)  
●場 所: くじら館  
●時 間: 01:30～17:30(月曜)  
(2016年) 01:30～18:30(土曜)

世界最大の英語学習  
アプリの授業が  
あります!!

**キッズチアダンス教室**

対象/小・中・小学生  
講師/黒木ひろみ

キッズチアダンスの楽しさを伝えます!  
●開催日: 木曜日(月3回)



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

スポーツ大会や  
お祭りなどで  
活躍の場が  
広がります!!

**アクティブキッズ教室**

対象/小学生  
講師/井上 孝子、後藤 遼子、  
中村日出夫  
宮城スポーツセンター講師

運動好きな子どもにも、運動が苦手な子どもにも  
●開催日: 毎週金曜日



●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

運動が苦手な子でも  
楽しく運動が  
出来ます!!

**ふれあいスポーツ教室**

対象/障がい者もどなたでも  
講師/後藤 遼子、中村日出夫

ニュースポーツを体験してみよう!  
●開催日: 第2土曜日



●受講料: 無料  
●場 所: 佐土原武道館  
●時 間: 10:00～11:30

障がい者もどなたでも  
楽しく運動が  
出来ます!!

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 正樹、高橋 章  
甲斐 健吾、鬼塚 肇

初心者も経験者も大歓迎!  
●開催日: 毎週月曜日



●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

基礎練習のあと  
ゲームをして  
楽しんでいます。

**ロコモ予防体操教室 ザ・ナイト**

対象/どなたでも  
講師/杉田 俊博、安藤 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)



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

高齢者の運動不足を解消し  
健康な生活を送るために  
効果的な運動を行います。

**硬式テニス教室**

対象/どなたでも  
講師/岩瀬 勇行、藤迫 徳雄

基礎からの丁寧な指導が好評!!  
●開催日: 毎週火曜日



●受講料: 会費 500円(1回)  
非会員700円(1回)  
ライオン会費  
●場 所: 佐土原体育館3コート  
●時 間: 20:00～22:00

初心者から上級者まで  
レベルに応じて  
指導が受けられます。

**ゴルフ教室**

対象/どなたでも  
アドバイザー/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



●受講料: 会費 700円/150回  
非会員900円/150回  
●場 所: グラスガーデン倶楽部  
●時 間: 19:15～20:45

アドバイザーが  
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



●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

心と身体が癒される  
フラダンス!  
美しい音楽と笑顔で  
ハワイカホを体験しよう!

**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

平日昼間に時間がある人向け  
●開催日: 毎月第2・4金曜日



●受講料: 会費1,000円(月額)  
●場 所: くじら館  
●時 間: 10:40～11:40

時間のある方を  
指導します。  
毎日続けて  
健康ゲット!

**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



●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



●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2回程度  
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下さい。