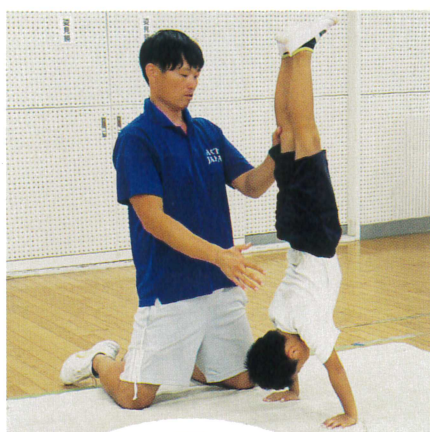


一般社団法人 せき西部ふれあいSC

2025 PROGRAM

2025年度 プログラム



スポーツ教室
サークル



会員
募集



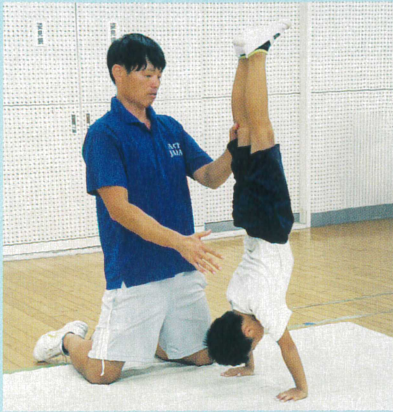
Seki
Seibu Fureai SC



<https://www.sekiseibu-fureai-sc.com>



小・中学生 向け教室



月曜 水曜 中学生

1	バドミントン・中学生
時間	毎週 月・水曜 18:00 ~ 20:00
場所	月: 小金田中学校体育館2F 水: 小金田中学校体育館2F 月: 倉知小学校体育館 水: 千足体育館
月会費	週2回 2,500円 定員 若干名
指導者	片桐 益夫 / 須田 綾子

中学生でバドミントンを競技として頑張りたい選手の応援をします。中濃大会や県大会へ勝ち進むこと、バドミントンを通して多くの仲間を作ることを目指します。小金田中学校以外の生徒も受講できます。

金曜 小1

2	体操教室
時間	毎週 金曜 18:30 ~ 19:30
場所	小金田小学校体育館
月会費	2,200円 定員 40名
指導者	恩田 久嗣

跳び箱、鉄棒、マット運動などお子様の成長に合わせた指導で運動神経の発育と身体の柔軟性を高めます。

土曜 小5

3	バドミントン・小学生
時間	毎週 土曜 13:00 ~ 15:00
場所	千足体育館
月会費	2,000円 定員 各学年 8名
指導者	片桐 益夫 / 藤村 洋子

とても身近なスポーツのバドミントンはルールも簡単です。ゲームが出来るようになれば他クラブとの交流会に参加し、世界がどんどん広がっていきます。一緒に楽しみましょう。

土曜 日曜 小3 中学生

4	中池ジュニア陸上クラブ
時間	毎週 土・日曜 8:30 ~ 11:00 (3年生は日曜日のみ)
場所	中池かわせみスタジアム・洞戸運動公園 など
月会費	週2回 2,500円 定員 40名 (3年生は2,000円)
指導者	山田 耕太郎 / 増田 稔 他

陸上競技の基本である走る・跳ぶ・投げるという運動を通して、仲間づくりや体力づくり、運動能力の向上を求めながらスポーツをより楽しむ事が出来るように指導します。各種競技会に積極的に参加し友だちと競う喜びや自己記録の更新を目指します。



一般・シニア 向け教室



月曜 一般 シニア

5	バドミントン
時間	毎週 月曜 19:30 ~ 21:00
場所	小金田中学校体育館
月会費	1,500円 定員 今年度の募集はありません
指導者	藤村 洋子 / 高橋 よね子

シニア・初心者も楽しく、ゆっくり上達しましょう。
※募集再開時期にはHPにてお知らせします。

火曜 一般 シニア

6	体幹エクササイズ
時間	毎週 火曜 10:00 ~ 11:00
場所	西部ふれあいセンター
月会費	1,500円 定員 30名
指導者	川口 佳美

エアロピクスを中心に音楽に合わせて楽しく体を動かします。転倒や腰痛の予防、美しい姿勢を保つために必要な体幹を強くしていきます。

水曜 一般 シニア

7	パワー&ストレッチ
時間	毎週 水曜 10:00 ~ 11:00
場所	西部ふれあいセンター
月会費	1,500円 定員 30名
指導者	田中 久美

体力の衰えは、生活の気力の低下に繋がります。教室では筋トレとストレッチを中心に体力アップを目指します。

金曜 シニア 一般 シニア

8	3B 体操
時間	毎週 金曜 20:00 ~ 21:00
場所	西部ふれあいセンター
月会費	1,750円 定員 20名
指導者	菊田 玲子

ボール (Ball)、ベル (Bell)、ベルター (Belter)の3つの補助具を使って行う体操です。音楽に合わせて身体を動かすことで溜まった疲れを抜き、心をリフレッシュするプログラムです。

土曜 シニア 一般

9	バドミントン
時間	毎週 土曜 15:00 ~ 17:00
場所	千足体育館
月会費	1,800円 定員 15名
指導者	高橋 よね子

少しレベルアップした方が楽しくシャトルを打ち合い、汗をかいています。初心者の方もラケットの握り方や基本のショットを分かりやすく指導します。

※入会前体験にお越しください!

サークル



木曜

10 硬式テニス

時間 毎週 木曜 9:00 ~ 11:00

場所 百年公園テニスコート

月会費 500 円 定員 今年度の募集はありません

代表者 蔵園 清文 (藤井 孝司)

初心者・初級者を対象とした勝負にこだわらずにテニスを楽しむサークルです。ラケットをお持ちでない方は、百年公園の貸ラケットを利用できます。

金曜

11 健康マーじゃん

時間 毎週 金曜 9:00 ~ 12:00

場所 西部ふれあいセンター 他

月会費 600 円 定員 今年度の募集はありません

代表者 白岩 誠治

「お金を賭けない」「お酒を飲まない」「タバコを吸わない」マーじゃんサークルです。『健考力』を維持・向上させ、高齢者の『認知症予防』にも効果があります。

土曜

12 カローリング

時間 毎週 土曜 19:00 ~ 21:00

場所 小金田中学校体育館 1F

月会費 750 円 定員 20 名

代表者 熊崎 角郎

年齢・性別にかかわらず気軽に楽しめる軽スポーツです。ぜひ体験してみてください。ゲームに慣れたら大会にも参加していきます。

土曜

13 ソフトバレーボール

時間 毎週 土曜 19:00 ~ 21:00

場所 小金田中学校体育館 2F

月会費 500 円 定員 20 名

代表者 亀山 高宏

愛好者の多いとても楽しいスポーツです。みんなでワイワイ言いながら楽しみましょう。初心者も歓迎です。



週間予定表

	小・中学生 向け教室	一般・シニア 向け教室	サークル
月	1. バドミントン 中学生	5. バドミントン※	
火		6. 体幹エクササイズ	
水	1. バドミントン 中学生	7. パワー&ストレッチ	
木			10. 硬式テニス※
金	2. 体操教室	8. 3B 体操	11. 健康マーじゃん※
土	3. バドミントン 小学生 4. 中池ジュニア陸上クラブ	9. バドミントン	12. カローリング
日	4. 中池ジュニア陸上クラブ		13. ソフトバレーボール

※定員満員につき、今年度の募集はいたしません

年間イベント

- 5 / グラウンドゴルフ大会
場所 小金田中学校グラウンド
- 6 / 8 カローリング大会
場所 アテナ工業アリーナ (サブアリーナ)
- 10 / 26 スポーツマルシェ
サッカーフェスティバル同時開催
場所 中池公園 (多目的広場)

スポーツよろず相談所

スポーツ少年団、学校部活動、その他スポーツ団体の活動でお困りの方はお気軽にお問合せください。日本スポーツ協会公認クラブマネージャーが問題解決のお手伝いをさせていただきます。

スポーツに関するお悩みの相談を承ります、
お気軽にお問い合わせください。

info@sekiseibu-fureai-sc.com

information

入会の申込み方法



ホームページの「見学／体験」の申し込みページから、希望の教室、サークルを選び体験参加のお申し込みをしてください。



体験参加のときにスタッフが入会について説明いたします。

インターネット環境のない方は【0575-28-3037】までお電話ください。

活動の内容はホームページでもご覧頂けます

<https://www.sekiseibu-fureai-sc.com>



年会費（年会費には保険料を含みます）

会員区分	学年／年齢	年会費	10月以降入会時
ジュニア会員	～中学3年生	2,800円	1,800円
一般会員	16歳～64歳	4,850円	3,350円
シニア会員	65歳以上	3,700円	2,450円

※途中退会による返金はできません。

注意事項

- ①上記の費用以外に教室・サークル・イベント・大会参加の方は、受講料や参加費が別途必要となります。
- ②会員としての期間は、申し込み日～2026年3月31日です。
- ③会員は、すべての教室・サークルにいくつでも参加できます。（要受講料・参加費）
- ④すべての教室・サークル・イベント・大会は定員になり次第、締め切ります。
- ⑤申込者数によっては、教室を開催できない場合があります。
- ⑥年会費には保険料が含まれております。保険の補償内容はホームページでご確認いただけます。
- ⑦活動中の写真を広報用に利用させていただくことがあります。



一般社団法人 せき西部ふれあいSC

【運営事務局】 〒501-3944 関市山田32番地

【お問い合わせ】 info@sekiseibu-fureai-sc.com