

ゆうスポNEWS

2020年
10月



10月行事予定

特定非営利活動法人ゆうスポーツクラブ TEL0827-63-1400



《休館日》 5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)



マスク未着用での入場をお断りしております
※熱中症防止の為、運動中はマスクをはずし、適宜な休憩を取りましょう

フラダンス教室

10/7
21
第1.3水
初心者大歓迎

普段運動をしない方も、
はじめてみませんか?
シェイプアップ効果も
期待できます!
どなたでも気軽に参加
ください!!

場所 ゆうたん (小体育室)

持参物 飲料水

参加費 1回 500円

ハウオリーズ マサコアケタ
フラスタジオインストラクター **升岡重紀先生**

顔ヨガ教室

10/10
土

～キレイを作る魔法の時間～

10年先も20年先も若々しく!

第2土曜日9:30～10:30

今月は「顔ヨガでマスク老けを解消
しましょう」

場所 ゆうたん (多目的室)

持参物 鏡・デジカメや携帯

(写真が撮れてその場で見れる物)

参加費 1回 500円

高津文美子式フェイスシャルヨガ
アドバンス認定インストラクター

MIWAKO先生



キッズ教室生徒募集中!!

毎週 金曜日	リズムダンス 運動 16:30～17:30	対象:年中・年長 プロスポーツでも広がっているスポーツリズムトレーニングを中心に、ダンスも少しします♪
毎週 土曜日	幼児体操教室 11:00～12:00	対象:年中・年長 マット運動や走ったり、ジャンプしたり基礎的な運動能力を高めていきます☆三
毎週 土曜日	児童体操教室 13:15～14:45	対象:小学1・2年生 基礎的な運動をしたうえで、11月までは主に鉄棒を練習していきます🎯

ゆうスポーツクラブ
LINE公式アカウント開設



教室や講座のお休みや休館情報などイベント情報もすぐわかる!!
LINE登録よろしくお願い致します!!

YOU・ゆうスポーツフェスタ2020中止のお知らせ

10月11日(日)に開催を予定しておりました「YOU・ゆうスポーツフェスタ2020」につきまして、新型コロナウイルス感染症の状況を受け、参加者及び関係者の健康・安全面を第一に考慮した結果、中止する事と致しました。

皆様には大変ご迷惑をお掛けしますことを心からお詫び申し上げます

令和2年10月カレンダー

MON (月)	TUE (火)	WED (水)	THU (木)	FRI (金)	SAT (土)	SUN (日)
			1 ソフトバレーボールデー 9:30~11:30 健康ストレッチ 9:30~11:00 【M2】 トランポリン☆エクササイズ 19:00~20:00	2 リズムダンス運動(年中・年長) 16:30~17:30	3 はじめてのエアロビクス 9:15~10:45 幼児体操教室 11:00~12:00 児童体操教室 13:15~14:45 HIPHOPダンス教室 15:00~16:00 トレーニング講習 【要予約】15:00~	4
 <p>★講座のお休み★ 14日(水) YOGA教室</p>						
5 休館日	6 ストレッチボール教室 10:00~11:00 トレーニング講習 【要予約】19:00~	7 卓球デー 9:15~11:30 YOGA教室 10:00~11:30 貯筋運動教室 10:00~11:00 フラダンス教室 15:30~16:30	8 ソフトバレーボールデー 9:30~11:30 健康ストレッチ 9:30~11:00 【小体育室】 トランポリン☆エクササイズ 19:00~20:00	9 ビーズ手芸教室 13:30~15:30 リズムダンス運動(年中・年長) 16:30~17:30	10 はじめてのエアロビクス 9:15~10:45 顔ヨガ教室 9:30~10:30 幼児体操教室 11:00~12:00 児童体操教室 13:15~14:45 HIPHOPダンス教室 15:00~16:00	11
12 休館日	13 ストレッチボール教室 10:00~11:00 トレーニング講習 【要予約】19:00~	14 卓球デー 9:15~11:30 貯筋運動教室 10:00~11:00	15 ソフトバレーボールデー 9:30~11:30 健康ストレッチ 9:30~11:00 【M2】 トランポリン☆エクササイズ 19:00~20:00	16 リズムダンス運動(年中・年長) 16:30~17:30	17 はじめてのエアロビクス 9:15~10:45 幼児体操教室 11:00~12:00 児童体操教室 13:15~14:45 HIPHOPダンス教室 15:00~16:00 トレーニング講習 【要予約】15:00~	18
19 休館日	20 ストレッチボール教室 10:00~11:00 トレーニング講習 【要予約】19:00~	21 卓球デー 9:15~11:30 YOGA教室 10:00~11:30 貯筋運動教室 10:00~11:00 フラダンス教室 15:30~16:30	22 ソフトバレーボールデー 9:30~11:30 健康ストレッチ 9:30~11:00 【小体育室】 トランポリン☆エクササイズ 19:00~20:00	23 ビーズ手芸教室 13:30~15:30 リズムダンス運動(年中・年長) 16:30~17:30	24 はじめてのエアロビクス 9:15~10:45 幼児体操教室 11:00~12:00 児童体操教室 13:15~14:45 HIPHOPダンス教室 15:00~16:00	25
26 休館日	27 ストレッチボール教室 10:00~11:00 トレーニング講習 【要予約】19:00~	28 卓球デー 9:15~11:30 YOGA教室 10:00~11:30 貯筋運動教室 10:00~11:00	29 ソフトバレーボールデー 9:30~11:30 健康ストレッチ 9:30~11:00 【小体育室】 トランポリン☆エクササイズ 19:00~20:00	30 リズムダンス運動(年中・年長) 16:30~17:30	31 はじめてのエアロビクス 9:15~10:45 幼児体操教室 11:00~12:00 児童体操教室 13:15~14:45 HIPHOPダンス教室 15:00~16:00	