



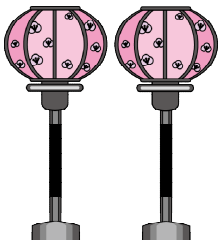
## 30年度 会員募集中

種目 / 指導者	場所	曜日	期日・時間	備考
ミニテニス	大曲体育館	月曜日 第1・第3	10:00~12:00	<input type="checkbox"/> 同時開催どちらの種目にも参加できません <input type="checkbox"/> ラケットを貸し出します
ラージホール卓球			5日	
グラウンド・ゴルフ	大曲体育館	月曜日 第2・第4	10:00~12:00 12日	<input type="checkbox"/> 道具貸し出します
よさこい教室	大曲武道館	水曜日	13:00~15:00 7日・14日	<input type="checkbox"/> 誰でもすぐにはじめられます。 <input type="checkbox"/> 全身運動・心肺機能増強。
初心者 バドミントン 進藤朝子・山崎裕子	大曲体育館	水曜日	13:00~15:00 7日	・初心者の方大歓迎 ・バドミントンに挑戦 ・週2回開催予定 ・金曜日は指導有り ・ラケット貸し出します
		金曜日	10:00~12:00 2日・9日・16日・23日	
ラージボール卓球	大曲体育館	木曜日	10:00~12:00 1日・8日・15日・22日	<input type="checkbox"/> ラリーが続き楽しめます <input type="checkbox"/> ラケットを貸し出します
3B体操	大曲武道館	木曜日	10:00~11:30 1日・8日・15日・22日	有酸素運動、バランス、筋力づくり、ストレッチなど遊びの要素を取り入れながら気軽に体に無理なく続けられる体操です
スポレク健康教室	大曲武道館	金曜日	9:30~11:30 2日・9日・16日・23日	※血圧測定・健康相談 <input type="checkbox"/> スロートレーニング <input type="checkbox"/> ストレッチ
フリースペース ミニテニス	大曲体育館	日曜日 第2・第4	19:00~21:00 11日・25日	

一生スポーツ・一生健康

# 大曲スポーツクラブ

大仙市大曲花園町1-1 (大曲体育館) tel・fax 0187-63-1122



## 3月20日(火) ボウリング

29年度事業もあと 僅かとなりました  
 新年度も『一生スポーツ・一生健康』で過ごしましょう