

令和7(2025)年度 活動プログラム & イベント・交流会のご案内

No.	サークル・教室名	日時・対象・会場・活動費等	内 容
①	 ラージボール卓球クラブ	毎週(月・水・金) 13:00~16:00 毎週(金) 19:30~21:30 対 象:一般 会 場:町民体育館 活動費:1回100円	・鶴岡地区ナイターリーグ、近隣地区との練習試合等に参加。 ・サークル仲間との懇親会、親睦会もあります。
②	 エンジョイ!! スポレック	毎週(月・水) 19:30~21:30 毎週(土) 9:30~11:30 対 象:一般 (中学生以下は保護者同伴) 会 場:町民体育館 活動費:1回100円	・スポレック交流大会、他のスポーツクラブとの交流会等に参加。 ・スポンジボールをプラスチックのラケットで打ち合うテニス系のスポーツです。誰にでも簡単にできます。
③	 スラックラインクラブ	毎週(金) 19:30~21:30 対 象:一般 (中学生以下は保護者同伴) 会 場:町民体育館 活動費:1回100円	・5cm幅のナイロンベルトの上をバランスをとりながら立ったり歩いたり様々な動作を行うことで、インナーマッスルが鍛えられます。
④	 メラホット!! フィットネス	年24回(木) 19:30~20:30 対 象:一般(定員15名) 会 場:社会福祉センター 活動費:1回600円	講師:渡曾典代 ・軽快な音楽に合わせてボクシングの動きをするエクササイズ。二の腕、お腹まわりの脂肪燃焼に効果があります。継続することで結果がでます。
⑤	 ゆったり・コアストレッチ	年15回 6月~12月(火) 19:30~20:30 対 象:一般(定員15名) 会 場:社会福祉センター 活動費:1回600円	講師:鈴木勝義 ・ストレッチボール等を使用しながら、カラダ本来のもつ筋肉や関節のしなやかさの回復を目指し、こりや痛みの軽減につなげます。
⑥	 里山あるき交流会	年2回開催予定 対 象:どなたでも 行き先:山形県内 参加費:未定	

No.	イベント・交流会名	日時・対象・会場・参加費等	
⑦	 エアバレー大会	6月15日(日) 9:00~12:00 対 象:どなたでも 会 場:町民体育館 参加費:会 員300円 会員外500円	・スイカ柄のビーチボールを使って行う四人制のバレーボール。ボールがとても軽いので変化しやすく、珍プレー好プレー続出の楽しいスポーツです。
⑧	 親子であそぼう! ニュースポーツ&トランポリン	年1回開催予定 9:00~12:00 対 象:どなたでも 会 場:町民体育館 参加費:大人500円 中学生以下300円 (小学生以下は保護者同伴)	・体と頭を使ったゲームとトランポリンであそぼう。 
⑨	 モルック交流会	11月9日(日) 9:00~12:00 対 象:どなたでも 会 場:アスレなの花 参加費:会 員300円 会員外500円	・モルック(木の棒)を投げて、倒したスキットル(木のピン)の点数がピッタリ50点先取で勝ちとなるゲーム。体力、身体能力はいいません。緻密な戦略と駆け引きが重要です。
⑩	 スポレック交流大会	12月7日(日) 9:00~12:00 対 象:どなたでも 会 場:町民体育館 参加費:会 員300円 会員外500円	・テニス系のニュースポーツ。バドミントンコートを使い、プラスチック製のラケットで柔らかいスポンジ製のボールを打ち合う軽スポーツです。
⑪	 キンボール大会	1月11日(日) 9:00~12:00 対 象:どなたでも 会 場:アスレなの花 参加費:会 員300円 会員外500円	・1チーム4~5人の3チーム対抗戦。「オムニキン」のコールでゲーム開始。ボールを床に落とさないチームに得点が入ります。
⑫	 ボウリング交流会	年1回開催予定 対 象:どなたでも 会 場:鶴岡ヤマテボウル 参加費:会 員1,500円 会員外2,000円	

※イベント&交流会⑥~⑫の詳細は、後日配布のチラシをご覧ください。

※各コースの日程・会場等については、都合により変更する場合がありますのでご了承ください。

※活動費は、会員料金であり、会員外の方は2倍になります。(ただし、イベント&交流会等は除く)

※会員入会時より、クラブが主催するサークル・イベント等の参加者にはレクリエーション総合保険(傷害保険)が適用されます。また、クラブの活動中に発生したケガ等については、保険の範囲内での対応となります。