

志段味 **だより**

第2期 **スポーツ教室** 空き状況

ZUMBA® II

日時: 9/12~11/21 木曜日
9:30~10:15
参加費: 3,500円
対象: 一般



太極拳 II

日時: 9/6~11/15 金曜日
10:00~11:30
参加費: 3,500円
対象: 一般



エアロビクス II

日時: 9/12~11/21 木曜日
10:30~11:30
参加費: 3,500円
対象: 一般



わんぱくキッズ体操 II

日時: 9/6~11/22 金曜日
16:00~17:00
参加費: 7,200円
対象: 年少~年長



仕事帰りエアロ

日時: 9/12~11/7 木曜日
19:40~20:40
参加費: 2,800円
対象: 一般

わんぱくジュニア体操 II

日時: 9/7~11/30 土曜日
10:00~11:30
参加費: 7,200円
対象: 小学生



※申込みはお電話または受付窓口 ※随時受付中!!定員になり次第受付終了
※し 志段味スポーツランド 052-736-3766
※内容等詳しくはお電話または受付窓口にてお尋ねください

SHIDAMI BASEBALL
志段味野球教室

9.17~10.15
毎週火曜日 全6回
16:30~17:30

志段味の基本練習場を中心に、チーム形成練習も取り入れます。初心者から上級者まで楽しく練習します。

対象: 小学生~中学生
参加費: 4,000円(税込)
申込: 9/19(日) 窓口11時 電話11時半

みんなで野球しようぜ!

9月からの小学生対象教室

○ 秋野球教室 ○ 秋サッカー教室

両方とも初心者のお子さまから参加できます

SHIDAMI SOCCER

9.19~10.17
全6回 毎週木曜日
16:30~17:30

対象: 小学生 6名
参加費: 4,000円(税込)
申込: 9/19(日) 窓口11時 電話11時半

志段味の基本練習場を中心に、チーム形成練習も取り入れます。初心者から上級者まで楽しく練習します。

対象: 小学生
参加費: 4,000円(税込)
申込: 9/19(日) 窓口11時 電話11時半

みんなでサッカーしようぜ!!



9月



大会・行事、教室等予定

志段味スポーツランド

カレンダー

日	曜日	大会・行事		その他 教室等	日	曜日	大会・行事		その他 教室等
		競技場	庭球場				競技場	庭球場	
1	日	第6回ふれあいディスクゴルフ大会	愛知県高等学校新人テニス大会 名北支部		16	月	名古屋支部ソフトバレー交流会	朝日杯	祝日営業
2	月		休館日		17	火			
3	火				18	水			
4	水				19	木			
5	木				20	金			太極拳Ⅱ わんぱくキッズ体操Ⅱ
6	金			太極拳Ⅱ わんぱくキッズ体操Ⅱ	21	土			わんぱくジュニア体操Ⅱ
7	土		愛知県高等学校新人テニス大会 名北支部	わんぱくジュニア体操Ⅱ	22	日	普現流空手道選手権	愛知県スポーツ祭典 テニス団体戦	
8	日	守山区少年剣道大会	愛知県高等学校新人テニス大会 名北支部		23	月	愛知県スポーツ祭典 バドミントン大会	朝日杯	祝日営業
9	月		休館日		24	火			ボディメイクⅡ
10	火			ボディメイクⅡ	25	水			
11	水				26	木			ZUMBA®Ⅱ エアロピクスⅡ 仕事帰りエアロ
12	木			ZUMBA®Ⅱ エアロピクスⅡ 仕事帰りエアロ	27	金			太極拳Ⅱ わんぱくキッズ体操Ⅱ
13	金			太極拳Ⅱ わんぱくキッズ体操Ⅱ	28	土	愛知県クラブバレーボール連盟リーグ	朝日杯本選	わんぱくジュニア体操Ⅱ
14	土		朝日杯	わんぱくジュニア体操Ⅱ	29	日			
15	日	愛知県クラブバレーボール連盟リーグ	朝日杯		30	月		休館日	
					31				

- 大会・行事につきましては、主催者都合、施設都合等により中止となる場合がございます。
- 大会・行事により、駐車場が混雑する場合がございます。あらかじめご了承くださいませよう、お願い申し上げます。
- 大会・行事予定は、20日時点のものとなります。

9月健康 コラム

「食欲の秋」…「秋になるとつい食べすぎて…」 「太った…」という身に覚えはないですか？

秋は“冬に向けて栄養を備蓄している”

気温が低くなると、人間の体は体温を保つため、エネルギーである「基礎代謝」がアップします。そのため多くのエネルギーを必要とします。基礎代謝が上がれば、それだけエネルギーを多く使うので栄養補給してエネルギー供給をします。秋はおいしそうな食材がたくさんある季節。食欲に勝つのはなかなか大変ですが、食べ過ぎには十分注意してください。

公式アプリ
ダウンロード
はこちら

Instagram
shidamisl_official

友達登録してね♪

LINE@
@515pkfw

発行：指定管理者 株式会社JPN
http://www.jpn-sports.com/shidami

志段味スポーツランド 検索