



SSC平和台だより H28年度クラブ紹介号

発行日 2016年4月1日

〒179-0083 練馬区平和台 2-12-5 平和台体育館内

TEL&FAX 03-5921-7800


NPO法人総合型地域スポーツクラブ平和台事務局

HP <http://www.nerimassc.gr.jp/sscheiwa/index.htm> メール ssc-heiwadai@nerimassc.gr.jp


定例クラブ : キッズ・ジュニア対象

※ 別途年会費が必要です。【個人会員:高校生以下¥4,800/60才以上¥4,800/一般:¥6,000 家族会員:¥12,000】

対象 : 1~3才未就園児と保護者のペア
 活動日時 : 第1、3火曜日 リトミック
 第2、4火曜日 体操
 13:15 ~ 14:30
 活動場所 : 第二武道場
 月会費 : ①1才児 リトミック :
 2000円/月2回(第1、3週)
 ②リトミック+体操(2、3才):
 3000円/月4回



フレキッス体操




バドミントンジュニア

対象 : 小学3年生 ~ 高校生
 活動日時 : 土曜日
 19:00 ~ 21:00
 活動場所 : 開進第一小学校 体育館
 月会費 : 3000円


キッズ体操

活動場所 : アリーナ
 月会費 : 3000円



バレーボールジュニア


対象 : 中学生女子(小6、高校生可)
 活動日時 : 木曜日
 19:00 ~ 21:00
 活動場所 : アリーナ
 月会費 : 3000円



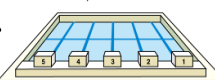
対象 : 年中・年長
 活動日時 : 水曜日
 16:00 ~ 16:50
 対象 : 小学1年生~3年生
 活動日時 : 水曜日
 17:00 ~ 18:00

バスケットボールジュニア

対象 : 中学生 ~ 高校生
 活動日時 : 土曜日
 19:00 ~ 21:00
 活動場所 : アリーナ
 月会費 : 3000円





対象 : 自由形2.5m完泳できる小学生(3年以上)
 活動日時 : 月曜日(祭日、休館日を除く)
 A 17:00 ~ 18:00
 B 18:00 ~ 19:00
 活動場所 : プール
 月会費 : 3000円



ジュニアスイミング

ミニバスケットボール

対象 : 小学3年生 ~ 6年生
 活動日時 : 金曜日
 16:00 ~ 18:00
 第1、3土曜日
 9:00 ~ 12:00
 活動場所 : アリーナ、開進第一小学校体育館
 月会費 : 4000円


キッズスイミング

活動場所 : プール
 月会費 : 3000円

対象 : 年少
 活動日時 : 水曜日
 A 15:00 ~ 16:00

対象 : 年中・年長
 活動日時 : 水曜日
 B 16:00 ~ 17:00
 金曜日
 A 15:00 ~ 16:00
 B 16:00 ~ 17:00

対象 : 小学生
 活動日時 : 火曜日 または 木曜日
 A 17:00 ~ 18:00
 B 18:00 ~ 19:00



チアダンス Peace Angels

対象 : 年中 ~ 小学生
 活動日時 : 土曜日

- ・選抜クラス 《大会出場をめざします》
 9:30 ~ 11:00
 (第2のみ 14:30 ~ 16:00)
- ・ジュニアクラス 《小学生》
 12:15 ~ 13:15
 (第2のみ 13:30 ~ 14:30)
- ・キッズクラス 《幼児》
 11:00 ~ 12:00
 (第2のみ 12:30 ~ 13:30)

活動場所 : 午前: 第2武道場 (第1、3、5) 会議室(第2) アリーナ(第4)
 午後: 会議室
 月会費 : 3000円(選抜クラス4000円)



無料体験受付中

事務局またはクラブ受付までお問い合わせ下さい。

定例クラブ : 一般対象

※ 別途年会費が必要です。【個人会員:高校生以下¥4,800/60才以上¥4,800/一般:¥6,000 家族会員:¥12,000】



 <h3>ストレッチ&バランスボール</h3> <p>活動日時 : 水曜日 10:00 ~ 12:00 活動場所 : 会議室 月会費 : 2500円 *お子様連れ可</p>	<h3>よさこいダンス 華鼓舞</h3>  <p>活動日時 : 火曜日 19:00 ~ 21:00 活動場所 : 会議室 月会費 : 2500円 *お子様連れ可</p>
 <h3>ビューティフルヨーガ</h3> <p>活動日時 : 火曜日 11:00 ~ 12:10 木曜日 9:30 ~ 10:40 活動場所 : 会議室 月会費 : 3000円</p>	 <h3>ヒーリングヨーガ</h3> <p>活動日時 : 火曜日 12:30 ~ 13:40 木曜日 11:00 ~ 12:10 活動場所 : 会議室 月会費 : 3000円</p>
 <h3>アロハ・フラ</h3> <p>活動日時 : 月曜日 (祭日、休館日を除く) 10:00 ~ 11:30 活動場所 : 第二武道場 月会費 : 3000円 *お子様連れ可</p>	<h3>SSC平和台 スイミング</h3>  <p>活動日時 : 金曜日 9:30 ~ 11:00 活動場所 : プール 月会費 : 2000円 1コース 水中体操クラブ 2コース スイミングクラブ</p>
<h3>エンジョイ! フットサル</h3> <p>対象 : 高校生 ~ 一般 活動日時 : 土曜日 18:30 ~ 21:00 活動場所 : アリーナ 会費(1回) : 会員一般500円/会員高校生300円 ビジター一般1000円/高校生600円</p> 	

無料体験受付中

事務局またはクラブ受付までお問い合わせ下さい。

定例活動/教室

※ どなたでも参加できます。年会費は必要ありません。

<p>4/12 ロコモ予防体力測定 5/17 ウォーキング-新緑のなかで- 6/14 ボーリング *トホホ丸 7/5 スパ-吹き矢・ポッチャ 9/13 ラグボール卓球・ポッチャ 10/11 ウォーキング-社会見学- 11/15 ウォーキング-紅葉をたずねて- 12/13 スパ-吹き矢・ポッチャ 1/10 ウォーキング-新春七福神- 2/14 ロコモ健康体操 3/28 ウォーキング-桜まつり-</p> <h3>エンジョイ シニア スポーツ クラブ</h3> <p>◎活動日時 : 火曜日 10:00~12:00 (ウォーキングは8:30集合) ◎活動場所 : 平和台体育館、または屋外 ◎参加費 : 500円~1000円 会員割引あり</p>	<h3>親子 de 体操</h3> <p>活動予定 : 4/3、5/15、6/5、7/10 9/4、10/2、11/6、12/11 1/15、2/5、3/12 活動時間 : 13:00 ~ 14:30 《日曜日》 活動場所 : アリーナ 参加費 : 700円/1組 (会員割引あり) 対象 : 3才~小学校低学年の お子さんと保護者のペア</p> 
<h3>ベビーマッサージ&ママピクス</h3> <p>活動時間 : 10:30 ~ 12:20 活動日 : 第1、3月曜日 活動場所 : 会議室 参加費 : 136,00円/10回 (ママピクス用ゴムバンド代含む) 対象 : 2ヶ月~1才お誕生月までの赤ちゃん和妈妈 ※但し初回参加時は7ヶ月未満の赤ちゃんが対象です</p> 	<h3>遊遊スクール</h3> <p>活動予定 : 4/2 子ども体力測定、5/28 ミニバス 6/18 トランポリン、7/2 チアダンス 9/3 かけっこ、10/1 タグラグビー 2/4 ティーボール 活動時間 : 10:00 ~ 12:00 《土曜日》 参加費 : 無料 当日受付 活動場所 : アリーナ 対象 : 小学生</p> 