

SSC谷原アルファは町のみんなの総合型地域スポーツクラブです

クラブの活動風景



ジュニアレスリング谷原くらぶ



ボクシングクラブ 谷原拳闘倶楽部



シニア元気アップ教室



筋トレ (ボクシングの練習の一環ですが筋トレのみの参加も可)



ジュニアテニスクラブ



JBCアルファ (Jr. バドミントン)



キッズ水泳教室

ステップアップ水泳教室は近隣小学校のプールで行います。泳力別に分かれて練習。コーチ陣の地域の子は『カナツチにさせない』という信念の下練習します。次の検定ではきっとステップアップ!



ステップアップ水泳教室



アクア&スイム

ママチャリサイクリングクラブ

ちょっと勇気を出して自転車から遠出してみませんか? 練馬から郊外や都心へ安全な道を通って出かけます。誰でも無理のない速さで走ります。



アスリートクラブ



川崎大師 薬師殿 交通安全祈願



昭和記念公園

色々な種目にたくさんのスポーツ愛好者が集っています。興味のある種目がありましたらお気軽にお問い合わせ下さい。見学・体験のお問い合わせも歓迎します。

定例活動事業

チアリーディング

ハッピーエンジェル	4歳~小学生	(水)	総体 競技場	15:00~
		(金)	石東小 体育館	16:00~
SSCエンジェルス	低学年クラス 小1~小3	(水)	生涯学習分館	18:00~
		(金)	石東小 体育館	17:00~
SSCエンジェルス	選手クラス 小3~中学生	(金)	総体 競技場	18:30~
		(土)	総体 剣道場	16:00~

水泳

キッズ水泳教室	5歳~未就学児	(月)	三原台温水プール	15:15~
幼児・小学生初心者水泳教室	4歳~小学生	(木)	三原台温水プール	15:15~
イエローエンゼルスイミングクラブ	年長~中学生	(土)	三原台温水プール	17:15~
				17:50~
イエローエンゼルキッズスイミングクラブ	オムツがとれた未就学児と保護者	(木)	三原台温水プール	11:15~
ステップアップ水泳教室	年長~中学生	(夏休み中)	近隣小学校	10:00~

ジュニアスポーツクラブ

Jr.レスリング 谷原くらぶ	3歳~中学生	(火)	総体 剣道場	16:00~
		(土)		13:00~
JVCアルファ (バレーボール)	小3~中学生	(月)	石東中 体育館	18:30~
		(水)	総体 競技場	19:00~
ピーターパンクラブ (ローディネーショントレーニング)	2歳~小学生	(土)	総体 剣道場	9:30~
JTCアルファ (テニス)	小中学生	(火)	夏の雲公園庭球場	16:20~
				17:15~
JBCアルファ (バドミントン)	小3~中学生	(土)	総体 競技場	13:00~
			高松小 体育館	
Jr.ダンスクラ	年中~中学生	(金)	総体 剣道場	16:00~
				16:45~
アスリートクラブ (体かづくり)	小4~成人	(火)	三原台温水プール	19:30~

キャッツアイ (ビーチボールバレー)	成人	(土)	総体 競技場	12:30~
			高松小 体育館	12:00~
ボクシングクラブ (ミット打ち)	どなたでも	(土)	総体 剣道場	12:30~
フィットネス・ヨガ&ストレッチ	成人	(水)	総体 剣道場	10:15~
				12:30~
アクア&スイミングクラブ	成人	(木)	三原台温水プール	11:15~
シニア元気アップ教室	概ね60歳以上の簡単な体操の出来る方	(火)	総体 会議室	10:00~
ハイキングクラブ	4~5時間のハイキングが出来る方	月1回 主に(日)	近郊の山	
ママチャリサイクリング	どなたでも	月1回 主に(日)	都内近郊	
筋力トレーニング(ボクシングクラブ内)	成人	(土)	総体 剣道場	14:30~

参加費(例)

チアリーディング	水泳
ハッピーエンジェル 3,000円/月	イエローエンゼル 3,000円/月
SSCイツァ 低学年 6,000円/月	初心者水泳教室 7,000円/10回
SSCエンジェルス 7,000円/月	キッズ水泳教室 8,000円/10回
(この他にユニフォーム代など)	(教室は開催日数により変動します。)
Jr.レスリング 3,000円/月	イエローエンゼルキッズ 3,000円/月
JAC 1,500円/月	ステップアップ水泳教室 500円/1回
PPC・JTC・JBC・JVC・Jr.ダンス 3,000円/月	
フィットネス・ヨガ・アクア&スイム 筋トレ 5,000円/10回	ピクニック 700円/1回

主催イベント等

スポーツの日記念行事	総合体育館	スポーツの日
スポーツ交流会	総合体育館	1月中旬
ビーチボールバレー交流会	総合体育館	7月上旬
Jr.バレーボール教室	総合体育館	5月上旬
フレンドシップルーマラソン	光が丘公園	冬季
チャレンジ ザ スポーツ(ねりま遊遊スクール)	総合体育館	土曜日(年5回)

スポーツの日、スポーツ交流会の日は誰でも気軽にスポーツに親しめるよう工夫しながらイベントを作っていきます。Jr.バレーボール大会・教室はバレーボール好きの子どもを育成、支援していきます。ねりま遊遊スクールは日頃、学校生活などでは体験することの少ないスポーツに焦点を当て、親しんでもらっています。



自発イベント
スポーツの日記念行事・スポーツ交流会



Jr. バレーボール教室



ビーチボールバレー交流会



スラックライン



チャレンジ ザ スポーツ(ねりま遊遊スクール)

地域のイベントに協力します

地域の学校を利用するイベント(学校応援団まつりなど)を始め練馬まつり、地区祭などに参加しています。地域の皆が気軽にスポーツに親しめるようスポーツをするきっかけづくりを考え対応しています。



練馬SSC創立20周年記念式典(光が丘体育館)



ねりまスポーツフェスティバル



第45回練馬まつり(マロニエ通り)