

スポーツをもっと身近に！！

2020年7月1日 第2号

# Camellia

昭和総合型地域スポーツクラブ

## 通信

みんな生き生き!!

# こぴっと元気倶楽部



運動を楽しみながら、「こぴっと」できることを維持したいものですね。

**実施日：2020年7月7日・14日・21日**

**8月25日・9月1日・8日・15日・29日** 火曜日実施

**時間：10時00分～11時30分**

対象者：どなたでも！町内外問わず・年齢制限はありません 体力を維持したい方・運動したい方・介護予防に興味がある方

内容：筋力アップトレーニング・脳トレ・ストレッチ・ペタンク 等

スタッフ：ヴァンフォーレ甲府アカデミースタッフ

カメラリア スタッフ（日本体育協会公認 スポーツプログラマー 等）

会場：昭和町立総合体育館

持ち物：上履き・タオル・水分

\*昭和町内在住高齢者かつ、いきいき健康課・包括支援センターによって積極的な介護予防が必要と判断された方は年会費が免除となり、別プログラム「介護予防コース」に参加できます。

送迎可能(送迎希望者は、1回 100円1週間前までにお申込みください。)



## ヘルスアップ ウォーキング

実施日：毎週水曜日（荒天中止）

時間：7月・8月 9時30分～10時30分

9月～ 10時00分～11時30分

対象者：どなたでも！町内外問わず・年齢制限はありません

内容：押原公園集合で約3～5kmのウォーキング

持ち物：帽子・水分



## レディース3B体操教室

実施日：7月3日～ 毎週金曜日（夏期休有）

時間：10時00分～11時30分

場所：昭和町立総合体育館または押原公園管理棟

対象者：女性。町内外問わず・年齢制限はありません

持ち物：上履き・水分

講師：(公社)日本3B体操協会 公認指導士 矢沢 稔美先生



### こぴっと元気倶楽部・ヘルスアップウォーキング・レディース3B体操 共通のご案内

年会費：5,000円（傷害保険料を含む/上記3種共通）  
参加費：会員 1回 200円・回数券 11回 2,000円  
非会員 1回 500円・回数券 5回 2,500円

各種目 初回のみ  
無料体験できます！  
感染予防のため、事前にご連絡ください。

開催中！

## 昭和町 ふれあいラジオ体操

実施日：押原公園ステージ前 毎週火・水曜日 隔週日曜日  
常永ゆめ広場駐車場側 毎週木・金曜日

参加費無料！どなたでもご自由に参加できます。 時間：午前6時30分\*雨天中止

参加者にはラジオ体操カードをお渡しします。15回毎にティッシュペーパーをプレゼント！



こぴっと元気倶楽部・ウォーキング・3B体操・ラジオ体操 その他についての【お問合せ・入会申し込み】

昭和総合型地域スポーツクラブ Camellia(カメラリア)

電話：055-275-6851（月～金 9：00～17：00） FAX：055-267-8886

URL： <http://www.showa-camellia.com/> ホームページ&ブログで活動をご覧ください!!

お問い合わせ



# Camellia 6月よりスタート! 新規会員募集

昭和総合型地域スポーツクラブ

お子さんにスポーツを始めさせてみませんか？ 初心者でも楽しく体験できます。

## サッカー サッカースクール

- 【対象】 キッズ(年中・年長園児)から小学生まで。 ※**ガールズクラスは小学3年～中学3年まで。**
- 【目的】 サッカー技術の向上、心身の育成、基礎体力の向上を目的としています。
- 【スクールコーチ】 ヴァンフォーレ甲府アカデミースタッフによる指導
- 【会費】 年会費：5,000円 ※**兄弟割引→2人目以降が年会費3,000円(1名)**  
月会費：週1回 3,500円 週2回 7,000円
- 【場所】 昭和町押原公園 人工芝グラウンド

**無料体験 参加者募集!**  
通常のスクールに  
初回のみ  
無料体験できます!

### 【スケジュール表】

振替え・他のクラブとの併用ができます!

時間 / 曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
16:30~17:20(50)	年中・年長	—	年中・年長	—
16:30~17:30(60)	—	1・2・3年生	—	1・2・3年生
17:30~19:00(90)	4・5・6年生	4・5・6年生	1・2・3年生 (17:30~18:30)	4・5・6年生
				ガールズ 3年生以上



子ども達に多種目の運動経験を!

## スポーツ教室

**8月22日・29日(土) 13時~13時50分 無料体験会**

隔週で行われる木曜日の教室は「身体づくり」を目的に鬼ごっこなどを行います。

毎週土曜日開催の教室は体操・球技など種目を変えて行います。興味がある方はぜひ!ご連絡ください!

- 時間(土) **チャレンジコース(低学年中心)** 13時~13時50分 (8月は体験会)
- ステップアップコース(高学年中心)** 14時~15時30分 (8月は現会員)
- (木)コース合同 17時30分~19時

- 対象 小学生
- 場所 (土)押原小学校 体育館  
(木)押原公園人工芝グラウンド
- 定員 各コース 20名
- 内容 身体づくり運動 ・ ドッチビー など
- 持ち物 上履き・タオル・水分



**会費** 年会費：5,000円  
※兄弟割引→2人目以降が年会費3,000円  
月会費：2,000円  
別種目会員：500円(1回)



## 英会話教室

- 対象 小学1年生~6年生
- 日時 毎週金曜日 **ビギナーコース** 17:00~17:50  
**アドバンスコース** 18:00~18:50

- 場所 押原公園管理棟
- 講師 **ブレンドン先生**
- 定員 各10名



通常の教室に  
初回のみ  
無料体験できます!

**会費** 年会費：5,000円  
※兄弟割引→2人目以降が年会費3,000円  
月会費：4,000円

Let's  
enjoy  
English



各スクール・教室の参加・体験・見学希望の方は感染予防のため、必ず前日までにご連絡ください!

サッカースクール・スポーツ教室・英語教室 その他についての【お問合せ・入会申し込み】

昭和総合型地域スポーツクラブ Camellia(キャメリア)  
電話：055-275-6851 (月~金 9:00~17:00) FAX：055-267-8886  
URL： <http://www.showa-camellia.com/> ホームページ&ブログで活動をご覧ください!!

お問い合わせ

