



3月 JOIN US!

(発行元) スポーツクラブ 21 日高事務局
 (日高文化体育館内)
 〒669-5305 豊岡市日高町祢布 954-6
 Tel・Fax (0796) 42-2505
<http://comhidaka.or.jp>

日	月	火	水	木	金	土	
暖かい春の陽ざしを感じる 季節になりました。 春風と一緒に、体を 動かしませんか♪					1 ①卓球①・ ラージ卓球② ④バウンドテニス ③エンジョイ スポーツ ⑤綱引き①	2 ⑥フットサル② ①ハレーボール ④フットサル③ ③ナイターサッカー ④ラージ卓球①	3 ⑥グラウンドゴルフ③ ①卓球①・ラージ卓球② ④グラウンドゴルフ② ③サッカー・テニス ⑤綱引き② ⑥楽しいピンポン
4 ⑥グラウンド ゴルフ① ④卓球③	5	6 ④ソフトハレー ボール③	7 ⑥グラウンド ゴルフ③ ④ピンポン ⑥剣道	8 ①卓球①・ ラージ卓球② ④バウンドテニス ③エンジョイ スポーツ ⑤綱引き①	9 ⑥フットサル② ①ハレーボール ③ナイターサッカー ④ラージ卓球① 	10 ⑥グラウンドゴルフ③ ⑥ミニバスケットボール ④ソフトハレーボール① ③健康体操 ③お手玉 ①卓球①・ラージ卓球② ④グラウンドゴルフ② ③サッカー・テニス ⑥楽しいピンポン	
完全有機栽培農法 『ハイブリット米』 松岡茶屋農園 (松岡)42-1355		新築・リフォームのお手伝い (株) マルテン (出石)52-5658					
11 ⑥親子ふれあい サッカー ⑥グラウンド ゴルフ①	12	13	14 ⑥グラウンド ゴルフ③ ⑥剣道	15 ①卓球①・ ラージ卓球② ⑤綱引き①	16 ①ハレーボール ③ナイターサッカー ④ラージ卓球①	17 ⑥グラウンドゴルフ③ ①卓球①・ラージ卓球② ④グラウンドゴルフ② ③サッカー・テニス ⑤綱引き② ⑥楽しいピンポン	
家や倉庫、事業所のごみの 処分等なんでもご相談ください (有)浜上商会 (竹野町)47-0275			保険の加入・ご相談 気軽にどうぞ 藤原総研(西芝)42-4747				
18 ⑥グラウンド ゴルフ① 	19 	20	21 ⑥グラウンド ゴルフ③ ⑥剣道	22 ①卓球①・ ラージ卓球② ③エンジョイ スポーツ ⑤綱引き①	23 ⑥フットサル② ①ハレーボール ③ナイターサッカー ④ラージ卓球①	24 ⑥グラウンドゴルフ③ ⑥ミニバスケットボール ④ソフトハレーボール① ③健康体操 ①卓球①・ラージ卓球② ④グラウンドゴルフ② ③テニス ⑤綱引き② ⑥楽しいピンポン	
ヘルパー訪問・介護についてのご相談なら こもれば介護相談所 (伊府)21-9105							
25 ⑥親子ふれあい サッカー ⑥グラウンド ゴルフ① ④卓球③	26	27 ⑥バドミントン ナイト⑤	28 ⑥グラウンド ゴルフ③ ⑥剣道	29 ①卓球①・ ラージ卓球② ④バウンドテニス ③エンジョイ スポーツ ⑤綱引き①	30 ⑥フットサル② ①ハレーボール ③ナイターサッカー ⑤ゆかいなピンポン ④ラージ卓球①	31 ⑥グラウンドゴルフ③ ①卓球①・ラージ卓球② ④グラウンドゴルフ② ⑤綱引き② ③サッカー・テニス ⑥楽しいピンポン	
ギフトとふとんのことなら 河西ふとん店へ (祢布)42-5228							

⑥府中小体育館・グラウンド ①八代小体育館 ⑥日高小体育館・グラウンド ④静修小体育館・グラウンド ③三方小体育館
 ④清滝小体育館 ④西気体育館 ⑤日高文化体育館 ③植村直己記念スポーツ公園 ⑥国府ふれあい公園
 ③国府地区コミュニティセンター ⑤三方地区コミュニティセンター ⑥清滝地区コミュニティセンター

種目別活動一覧表

	種目	活動日	時間	会場
1	卓球①・ラージ卓球②	毎週 木曜日	19:30~22:00	八代小体育館
2	卓球①・ラージ卓球②	毎週 土曜日	20:00~22:00	八代小体育館
3	卓球②	毎週 土曜日	19:00~21:00	西気体育館
4	卓球③	毎週 日曜日	13:30~15:00	静修小体育館
5	ラージ卓球①	毎週 金曜日	9:00~11:30	西気体育館
6	ピンポン	第1,3水曜日	19:30~21:00	府中小体育館
7	ゆかいなピンポン	毎週 金曜日	19:30~21:00	三方地区コミュニティセンター
8	楽しいピンポン	毎週 土曜日	19:30~21:00	清滝地区コミュニティセンター
9	バドミントン④	しばらくお休み		府中小体育館
10	バドミントン⑤	毎週 水曜日	10:00~12:00	日高文化体育館
11	バドミントンナイト⑤	毎週 火曜日	20:00~22:00	日高小体育館
12	お手玉	第2土曜日	9:30~10:30	国府地区コミュニティセンター
13	健康体操	第2,4土曜日	10:30~11:30	国府地区コミュニティセンター
14	ソフトバレーボール①	第2,4土曜日	19:30~21:30	府中小体育館
15	ソフトバレーボール③	毎週 火曜日	19:45~21:45	静修小体育館
16	綱引き①	毎週 木曜日	20:00~22:00	三方地区コミュニティセンター
17	綱引き②	毎週 土曜日	20:00~22:00	三方地区コミュニティセンター
18	ナイターサッカー	毎週 金曜日	19:30~21:30	植村直己記念 スポーツ公園 ・多目的グラウンド ・テニスコート
19	サッカー	毎週 土曜日	9:30~12:00	
20	テニス	毎週 土曜日	9:30~12:00	
21	ナイターテニス	毎週 月曜日	19:30~21:00	
22	フットサル②	毎週 金曜日	19:00~22:00	府中小体育館
23	フットサル③	毎週 金曜日	20:00~22:00	静修小体育館
24	エンジョイスポーツ(バスケット)	毎週 木曜日	19:30~21:00	三方小体育館
25	グラウンドゴルフ①	毎週 日曜日	8:45~10:45	日高小グラウンド
26	グラウンドゴルフ②	毎週 土曜日	9:00~11:00	静修小グラウンド
27	グラウンドゴルフ③	毎週 水、土曜日	9:00~11:00	国府ふれあい公園
28	剣道	毎週 水曜日	19:30~21:00	清滝小体育館
29	軟式野球・ソフトボール	毎週 金曜日	19:00~21:30	府中小グラウンド
30	ミニバスケットボール	第2,4土曜日	19:30~21:30	府中小体育館
31	太極拳	しばらくお休み		国府地区コミュニティセンター
32	バウンドテニス	毎週 木曜日	20:00~21:45	静修小体育館
33	レッツスポーツ	毎週 土曜日	19:00~21:00	西気体育館
34	親子ふれあいサッカー	第2,4日曜日	17:00~19:00	府中小体育館
35	バレーボール	毎週 金曜日	20:00~22:00	八代小体育館
36	スポーツ太鼓	第1,3水曜日	19:30~21:00	西気体育館

3月活動変更等のお知らせ

こくふ

ピンポン…21日(水)休み
フットサル②…16日(金)休み
軟式野球・ソフトボール…3月休み
バドミントン④…休み

ひだか

バドミントンナイト⑤…
6日・13日・20日(火)休み
ソフトバレーボール③…
13日・20日・27日(火)休み
バウンドテニス…15日・22日(木)休み
バドミントン⑤…3月休み

せいしゅう

卓球③…11日・18日(日)休み
フットサル②…9日・16日・23日・
30日(金)休み

みかた

ゆかいなピンポン…2日・9日
16日・23日(金)休み
エンジョイスポーツ…15日(木)休み
サッカー…24日(土)休み
綱引②…10日(土)休み
ナイターテニス…3月休み
ナイターサッカー・サッカー・テニス…
植村公園で活動

きよたき

剣道…
4月まで清滝地区コミュニティセンターで活動

にしき

卓球②・レッツスポーツ・スポーツ太鼓…
3月休み

スポーツクラブ21日高

※天候や会場の都合により、変更または休止になることがあります。ご了承ください。

『だれでも、いつでも、どこでも』スポーツを楽しむことができる**会員制スポーツクラブ**です。
楽しみながら健康づくりをすることが目的ですので、お子さんから高齢の方まで気軽にご参加ください。

【会員特典】

- ※多 種 目：住んでいる地区に関係なく、どの会場へも行くことができ、いろいろな種目が楽しめます。
- ※多 世 代：お子さんから高齢の方まで楽しめます。年齢制限はありません。
- ※コ ー チ：レベルに応じた指導を受けられるので、初心者でも安心して参加できます。
- ※拠点施設：小学校の体育館や市の施設を使って活動します。また、小学校の体育館などに設置された会員の交流の場となるクラブハウスを利用できます。
- ※情 報：日高会報「ジョイナス」により、クラブのいろいろなスポーツ情報を得られます。

☆会 費 個人会費=年間 3,000 円 家族会費=年間 5,000 円 (家族の人数制限なし)