









2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																												
<p>ますます寒くなります。 コタツにみかんもいいですが、 一緒に体を動かしませんか??</p> 				<p>1 ①卓球①・ ラージ卓球② ④バウンドテニス ⑤エンジョイ スポーツ ⑥綱引き①</p>	<p>2 ⑦フットサル② ⑧ハレーボール ⑨フットサル③ ⑩ナイターサッカー ⑪ゆかいなピンポン ⑫ラージ卓球①</p> 	<p>3 ①卓球①・ラージ卓球② ④グラウンドゴルフ② ⑤サッカー ⑥綱引き②</p>	<p>4 ④グラウンド ゴルフ① ⑤卓球③</p>	<p>5</p>	<p>6 ⑥バドミントン ナイト ⑦ソフトハレー ボール③</p>	<p>7 ⑧ピンポン ⑨剣道</p>	<p>8 ①卓球①・ ラージ卓球② ④バウンドテニス ⑤エンジョイ スポーツ ⑥綱引き①</p>	<p>9 ⑦フットサル② ⑧ハレーボール ⑨フットサル③ ⑩ナイターサッカー ⑪ゆかいなピンポン ⑫ラージ卓球①</p>	<p>10 ⑦ミニバスケットボール ⑧ソフトハレーボール① ⑨健康体操 ⑩お手玉 ①卓球①・ラージ卓球② ④グラウンドゴルフ② ⑤サッカー ⑥綱引き②</p> 	<p>11 ④グラウンド ゴルフ① ⑤卓球③</p>	<p>12</p>	<p>13 ⑥バドミントン ナイト ⑦ソフトハレー ボール③</p>	<p>14 ⑨剣道</p> 	<p>15 ①卓球①・ ラージ卓球② ④バウンドテニス ⑤エンジョイ スポーツ ⑥綱引き①</p>	<p>16 ⑦フットサル② ⑧ハレーボール ⑨フットサル③ ⑩ナイターサッカー ⑫ラージ卓球①</p>	<p>17 ①卓球①・ラージ卓球② ④グラウンドゴルフ② ⑤サッカー ⑥綱引き②</p> 	<p>18 ④グラウンド ゴルフ① ⑤卓球③</p>	<p>19</p>	<p>20 ⑥バドミントン ナイト ⑦ソフトハレー ボール③</p>	<p>21 ⑧ピンポン ⑨剣道</p>	<p>22 ①卓球①・ ラージ卓球② ④バウンドテニス ⑤エンジョイ スポーツ ⑥綱引き①</p>	<p>23 ⑦フットサル② ⑧ハレーボール ⑨フットサル③ ⑩ナイターサッカー ⑫ラージ卓球①</p>	<p>24 ⑦ミニバスケットボール ⑧ソフトハレーボール① ⑨健康体操 ①卓球①・ラージ卓球② ④グラウンドゴルフ② ⑤サッカー ⑥綱引き②</p>	<p>25 ⑦親子ふれあい サッカー ④グラウンド ゴルフ① ⑤卓球③</p> 	<p>26</p>	<p>27 ⑥バドミントン ナイト ⑦ソフトハレー ボール③</p>	<p>28 ⑨剣道</p>	<p>29 ①卓球①・ラージ卓球② ④バウンドテニス ⑤エンジョイ スポーツ ⑥綱引き①</p>	<p>30 ⑦フットサル② ⑧ハレーボール ⑨フットサル③ ⑩ナイターサッカー ⑫ラージ卓球①</p>	<p>31 ⑦ミニバスケットボール ⑧ソフトハレーボール① ⑨健康体操 ①卓球①・ラージ卓球② ④グラウンドゴルフ② ⑤サッカー ⑥綱引き②</p>

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

新築・リフォームのお手伝い
(株) マルテン(出石)
 52-5658

ヘルパー訪問・介護についての
 ご相談なら
こもれび介護相談所
 (伊府)21-9105

完全有機栽培農法 『ハイブリット米』
松岡茶屋農園 42-1355

ギフトとふとんのことなら
河西ふとん店へ(祢布)
 42-5228

お 願 い
 H29 年度会費を未納の方は、
 文化体育館で支払いをお願い
 します。 Tel 42-2505

⑦府中小体育館・グラウンド ①八代小体育館 ④日高小体育館・グラウンド ⑤静修小体育館・グラウンド ③三方小体育館
 ⑥清滝小体育館 ⑧西気体育館 ⑨日高文化体育館 ⑩植村直己記念スポーツ公園 ⑪国府ふれあい公園
 ⑫国府地区コミュニティセンター ⑬三方地区コミュニティセンター ⑭清滝地区コミュニティセンター

種目別活動一覧表

2月活動変更等のお知らせ

	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

こくふ

親子ふれあいサッカー…

11日(日)休み

軟式野球・ソフトボール…3月まで休み

グラウンドゴルフ③…冬季休み

バドミントン④…休み

ひだか

バドミントンナイト⑤…日高小(火)

ソフトバレーボール③…静修小(火)

バウンドテニス…静修小(木)

綱引き①…三方地区コミュニティセンター(木)

バドミントン⑤…3月まで休み

みかた

ゆかいなピンポン…

16日・23日(金)休み

ナイターサッカー…三方小(金)

テニス…2月休み

ナイターテニス…3月まで休み

きよたき

楽しいピンポン…2月休み

剣道…

4月まで清滝地区コミュニティセンター

にしき

卓球②・レッツスポーツ・スポーツ太鼓…

3月まで休み

(夜間の雪による危険回避のため)

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)