

総合型地域スポーツクラブ
なきじん

NPO法人

ナスク

NSC
Nakijin
Sports
Complex

今帰仁村総合運動公園

楽しいスポーツ

ではじめよう！



いつでも気軽にどなたでも

中高年
わらばー

おじい
おばあ

NSC 2010

NPO ナスク

検索

ホームページ
www.nakijin.com/sc/

平成22年度

今年も、充実したラインアップで、あなたをリフレッシュします!

詳しくはホームページ
チラシ等をご覧ください <http://nakijin.com/sc/>

このほかにも
会員のみなさんのご要望やご協力により
様々なイベントが実現します!

いつでも スタッフ まで
気軽に声をかけて下さい!!

おすすめ!
村民の浜

白いベンチが綺麗!!
サポーター収容で年々!

なんだか
自信がっ! だ!

ナスクで
会えるかも!

新人“あい”です
特技はサーフィン

美人魚に
なろう!!

スケボーなら
オレに聞け!!

きみを
まってる..

めざせ、プロ
スキルアップ!

芝生は俺の友達
ベストな状態!!

写真以外の
公園スタッフも
いつでも皆様と
ご案内します!!

平成22年度
4月~翌3月

イベント・教室に参加される方へ

- ・開催時期や変更のお知らせは体育館に掲示します。
- ・最新情報は直接ナスクまでお問い合わせ下さい。
- ・開催日時や場所は変更になる場合があります。
- ・事前予約や申込が必要な場合があります。
- ・団体チームでのご利用は事前に相談下さい。
- ・別途【施設使用料】が必要な場合があります。
- ・別途【スポーツ安全保険】が必要な場合があります。

大人

2本のボールを使うとすごい効果が!!
ノルディックウォーキング教室
内 容: ノルディックウォーキング
対 象: 大人
期 間: 通年 (月2回)
開催場所: 今帰仁村運動公園
ウォーキングコース
開催曜日: 第2、第4週 水曜日
時 間: よる7時30分~9時
参加費: 会 員: ¥1,000 (月額)
非会員: ¥2,000 (月額)

大人

正しい姿勢でかっこよく!
バランストレーニング教室
内 容: ストレッチ
・バランストレーニング
対 象: 大人
期 間: 通年 (月曜日)
開催場所: 村民体育館
開催曜日: 通年 (月曜日)
時 間: よる7時30分~9時
参加費: 会 員: ¥1,000 (月額)
非会員: ¥2,000 (月額)

大人

楽しみながら体力アップ!!
シニア体力アップステーション
内 容: 全身運動
対 象: 大人 (40歳以上)
期 間: 10月 (火曜日・2回)
開催場所: 村運動公園施設周辺
開催曜日: 通年 (火曜日)
時 間: 通年 (火曜日)
参加費: 会 員: ¥300 (1回)
非会員: ¥500 (1回)
※別途【施設使用料】が必要です

小学生~大人

3R: リラクゼーション・フレッシュ・リセット
コンディショニングクリニック
内 容: バランスチェック・整体術
対 象: 小学生~大人
期 間: 通年 (月1回)
開催場所: 村民体育館
開催曜日: 通年 (月1回)
時 間: 通年 (月1回)
参加費: 大 人: 会 員: ¥1,500~(1回)
非会員: ¥2,000~(1回)
学 生: 会 員: ¥1,000~(1回)
非会員: ¥1,500~(1回)
募集人数: 時間予約が必要です

大人

からだをほぐしましょう!
ヨガ教室
対 象: 大人
期 間: 通年 (月1回) (水曜日)
開催場所: クラブハウス宿泊施設
開催曜日: 通年 (水曜日)
時 間: 通年 (水曜日)
参加費: 大 人: 会 員: ¥1,500~(1回)
非会員: ¥2,000~(1回)
学 生: 会 員: ¥1,000~(1回)
非会員: ¥1,500~(1回)
募集人数: 時間予約が必要です

大人

楽しく気持ちよく、水の効果を体感!!
アクアエクササイズ
内 容: 水中運動
対 象: 大人
期 間: 通年 (水曜日)
開催場所: 村民プール
開催曜日: 通年 (水曜日)
時 間: 通年 (水曜日)
参加費: 大 人: 会 員: ¥1,000 (月額)
非会員: ¥2,000 (月額)
※別途【施設使用料】が必要です

大人

おしゃべりしながら楽しく水中運動!!
アクアウォーキング
内 容: 水中運動
対 象: 大人
期 間: 通年 (金曜日)
開催場所: 村民プール
開催曜日: 通年 (金曜日)
時 間: 通年 (金曜日)
参加費: 大 人: 会 員: ¥1,000 (2ヶ月)
非会員: ¥2,000 (2ヶ月)
※別途【施設使用料】が必要です

幼児~小学6年生

楽しく水に慣れよう!
SCなきじん
内 容: 水慣れ・水泳
・ウォータースポーツ
対 象: 幼児~小学6年生
期 間: 通年
開催場所: 村民プール、村民の浜
開催曜日: 通年 (水曜日)
時 間: 通年 (水曜日)
参加費: 大 人: 会 員: ¥1,000 (2ヶ月)
非会員: ¥2,000 (2ヶ月)
※別途【施設使用料】が必要です

大人 サークル

楽しく運動、からだは健康美人!
水クラサークル
内 容: ストレッチ・水中運動・ヨガ
・ノルディックウォーキング
対 象: 大人
期 間: 通年 (水曜日)
開催場所: 村民体育館・村民プール
開催曜日: 通年 (水曜日)
時 間: 通年 (水曜日)
参加費: 大 人: 会 員: ¥2,500 (月額)
非会員: ¥3,500 (月額)
募集人数: 30名 (各曜日)
※別途【施設使用料】が必要です

小学生~大人

雨の日のスケート体験! イナバウアー!
アイススケート
対 象: 小学生~大人
期 間: 11月ごろ
開催場所: 南風原サンヒル
開催曜日: 通年 (水曜日)
時 間: 通年 (水曜日)
参加費: 大 人: 会 員: ¥1,000 (1回)
非会員: ¥1,500 (1回)
募集人数: 事前予約が必要です

ナスクサポーター自販機登場!.....

今帰仁村運動公園内に、“ナスク”が管理する地域貢献型自販機が設置されました!!
これは、ナスクのコンセプトに賛同した今帰仁村と(株)沖縄コカ・コーラボトリングの支援によるものです。 売上の一部は今帰仁村のスポーツ振興や、運動公園内の美化活動に役立てられます。
企業と行政のみならず、
がナスクのサポーターになれる素晴らしい自販機!
「いつでも、気軽に、どなたでも」スポーツを楽しむ環境づくりを目指す“ナスク”へ「いつでも、気軽に、どなたでも」チャリン!とサポートを!



みなさんへ
募集中!!
ナスク会員
おとな 3,000円から

いま話題の健康コースがいっぱい!

サポート
会員さま
2010年4月現在

未病や
メタボ解消

今帰仁診療所
なきじん
海辺の自然学校

STEMS inc.

うきうき
心躍
わくわく
心笑

サポート・オフィス
みらい

ROKU
DESIGN

Mユニット

炭火焼専門店
とり好

今帰仁アグリ料理一式
長堂屋

企業・団体さまへ
サポート会員
募集中!!
一口 5,000円から

2010年4月~翌3月の いちおし おすすめイベント

2011 一番桜 ノルディックウォーク 世界遺産今帰仁城 NORDIC WALKING in Nakijin

大人

助成事業

桜祭り与世界遺産を見る健康作り!

一番桜ノルディックウォーク

対象: 大人(ノルディック経験者)
開催日: 2011年1月下旬を予定
開催場所: 今帰仁村運動公園から
開催内容: お問い合わせ下さい
事前申込: 団体申込の場合は必要
助成事業: スポーツ振興くじ助成事業

- 昨年の「一番桜ウォーク」で支援団体・企業さま
- 共催 今帰仁村 今帰仁村教育委員会 総合型地域スポーツクラブNPO法人ナスク
 - 後援 日本ノルディックフィットネス協会沖縄準備室 今帰仁グスクを学ぶ会
 - 協賛 オリオンビール(株) 大塚製薬(株) 笹尾商工(株) NEOS

お正月+一番桜
+世界遺産+
ノルディックウォーク

一番桜と
歴史散策

7km並木
が美しい!

知らない方と
お友達に



小学生

助成事業

いろんなスポーツを体験しよう! スポーツチャレンジ

内容: 陸上スポーツ・フットサル
・ビーチスポーツ・ユニホック
・ドッチビー・バドミントン・バスケット
対象: 小学生
期間: 通年(木曜日)
開催場所: 村運動公園の各施設
時間: ごく5時~7時
参加費: 会費: ¥500
非会費: ¥1,000(月額)

海って
たのしい~

いい天気
だね~

色々なスポーツ
体験しよう!

男の子に
勝つぞ!!

放課後が
たのしい~

シュート
させるがー!

これで
決める!

一点とる!

LEGEND
CUP 2010

小学生~大人

チームで参加・チャレンジしよう! レジェンドカップ・3ON3

内容: 3ON3(バスケットボール)
対象: 小学生~大人
開催時期: 翌3月ごろ(2011年)
開催場所: 村民体育館
開催日: お問い合わせ下さい
時間: あさ9時~夕方ごろ
参加費: お問い合わせ下さい
募集チーム: お問い合わせ下さい
小学生クラス/中学生クラス
高校・一般クラス

ほかにもオススメいっぱい!!

● 昨年の「3ON3」協賛企業さま

RankUp

ちゃんぽん

盛和

今帰仁
バスケット
クラブ

協賛していただける
企業・団体さまを
募集中!!

ハイサイみなさん! チャーガンジューですか?

今帰仁村の総合型地域スポーツクラブ「ナスク」が今年設立5年目を迎えました。
 「最近お腹周りが気になるなあ…」「うちの子は家の中でテレビゲームばかり…」「退職後の趣味や生きがいを探したい…」「気軽にスポーツを楽しみたい…」そういう悩みを抱えていませんか?
 「誰でも」「いつでも」「世代をこえて」「好きなレベルで」「いろいろなスポーツを」楽しめる場所、それが「ナスク」です。性別、世代を超えたたくさんの仲間たちとさわやかな汗を流し、ふれあい、楽しい時間を共有する事ができます。あなたも健康で豊かな生活のために始めませんか? そして「生まれてよかった」「住んでよかった」「年をとってよかった」と思える今帰仁村と一緒に創っていきましょう!

NPO法人ナスクになりました!

■総合型地域スポーツクラブNSC(ナスク)は『NPO法人ナスク』へ

事業及び組織の一層の充実を目指し、平成20年7月、特定非営利活動法人格(NPO)を取得しました。

■クラブ経歴

平成10年 前身団体『SCなきじん』スタート
 平成14年~各種助成事業採択
 (文科省、日本スポーツ振興センター等)
 平成16年 総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会発足
 平成18年 総合型地域スポーツクラブなきじん設立
 平成18年 NSC(ナスク)に名称変更
 平成20年 NPO法人格取得
 『NPO法人ナスク』へ

■構成: 理事会: 理事長1名、副理事長2名
 クラブマネージャー1名
 部会: 総務・企画・広報
 支援団体: 今帰仁村体育協会
 今帰仁村体育指導委員協議会
 今帰仁村健康づくり推進協議会
 今帰仁村教育委員会
 今帰仁村役場
 今帰仁診療所

■協賛: (株)沖縄コカ・コーラボトリング、(株)ハドソン
 日本ライフセービング協会沖縄県支部(JLAOB)
 日本ノルディックフィットネス協会(JNFA)

アクセス地図



クラブ概要

■名称: 特定非営利活動法人ナスク(NPO法人ナスク)
 総合型地域スポーツクラブなきじん
 ■住所: 〒905-0401 沖縄県今帰仁村仲宗根851-1
 今帰仁村総合運動公園内クラブハウス
 ■TEL: 0980-56-2804
 ■FAX: 0980-56-2831
 ■受付時間: ひる1時~よる7時(毎週月曜定休)
 ■Eメール: sc@nakijin.com
 ■ホームページ: http://www.nakijin.com/sc/



ナスク加盟団体

みなさまの参加お待ちしております!!

