

H22年度保存版



スポーツ振興に助成事業

kawaspo

やったるで！川西！

平成22年度会員募集！

3月1日(月)受付開始

無料体験あり！

継続される方も新たに会員登録を！



多彩なメニューから、やりたい種目を
いくつでもお選びいただけます。

川西スポーツクラブは
皆さんの健康と
スポーツ活動を応援します！

総合型地域スポーツクラブ

川西スポーツクラブ



通年教室

①対象者 ②曜日・時間 ③期間・初日等
④受講料等 ⑤場所 ⑥指導者・代表者

1. チャレンジスポーツ

親子で楽しく体を動かし、さまざまなスポーツに親しむような内容です。運動能力の基礎ができる幼児期に親子のふれあいも感じて取り組んでください。

- ① ④ 3・4・5歳児とその保護者
- ② 第3土曜13:00～14:15
- ③ 4/17～
- ④ 年間(1組) 1,200円
- ⑤ 中央体育館アリーナ
- ⑥ 池之優子・柳林和美



2. 親子体操

ボール遊びやマット、平均台、低鉄棒、跳び箱などで親子楽しく体操の基本的な動きづくりを学ぼう。

- ① ④ 4・5歳児とその保護者
- ② 火曜15:45～17:00
- ③ 年間30回程度 4/13～
- ④ 年間(1組) 3,000円
- ⑤ 中央体育館アリーナ
- ⑥ 河本興三郎



3. ジュニア体操

ストレッチ体操、なわとび、マット運動、平均台、跳び箱、低鉄棒、体操遊具などで、スポーツの基本的な動きを楽しく身につけよう。

- ① ④ 小
- ② 火曜17:00～18:30
- ③ 年間30回程度 4/13～
- ④ 年間3,000円
- ⑤ 中央体育館アリーナ
- ⑥ 河本興三郎



NEW 4. KID'Sダンス

新しくできた園児のクラスです。お友達と一緒にリズム遊びやカッコいいダンスをしましょう。きっとダンスが大好きになるよ!

- ① ④ 4・5歳児(年中・年長) 約20名
- ② 水曜15:20～16:10
- ③ 4/14～
- ④ 年間10,000円 諸経費500円
- ⑤ ふれあいセンター大研修室
- ⑥ 上田華奈



8. 柔道

基本や礼儀作法を中心に基礎から指導しています。技を習得しながら基礎体力を養い、心身のバランスを鍛えることを目的としています。

- ① ④ ⑤ ⑥ 幼 小 中 般
- ② 土曜16:40～18:00
- ③ 4/3～
- ④ 年間4,500円
- ⑤ 中央体育館武道場
- ⑥ 上田弘信、他



9. 剣道 (町教委 受託事業)

初めての方でも大丈夫。基本を中心とした稽古なので、年齢を問わずにできます。一緒に汗を流してみませんか。

- ① ④ ⑤ ⑥ 幼(年長) 小 中 般
- ② 月・木曜18:00～19:30
- ③ 4/5～
- ④ 年間10,000円
- ⑤ 中央体育館武道場
- ⑥ 成瀬泰二、谷晋、森分和也



10. なぎなた (町教委 受託事業)

武道として、そして生涯スポーツとして、子どもからお年寄りまで男女を問わず一緒に楽しみながら、心も体もリフレッシュできます。

- ① ④ ⑤ ⑥ 幼 小 中 般
- ② 土曜9:30～11:30
- ③ 4/3～
- ④ 年間10,000円
- ⑤ 中央体育館武道場
- ⑥ 杉田美貴



11. ミニバスケットボール

ボールの持ち方から練習しますので、初心者大歓迎!! 興味のある方は一度見に来てください。

- ① ④ ⑤ ⑥ 小
- ② 第1・3土曜 16:30～18:30
- ③ 4/3～
- ④ 年間2,400円
- ⑤ 中央体育館アリーナ
- ⑥ バスケットボール部 部員



15. 太極拳

健康はみんなの願い。呼吸でゆったり無理なく動きます。内なる力、自然治癒力を養い、パワーアップ! 心と身体のくつろぎタイムです。

- ① ④ ⑤ ⑥ 般
- ② 火曜14:00～15:30
- ③ 5/18～ 夏期休み
- ④ 年間7,000円
- ⑤ 中央体育館武道場
- ⑥ 市川設代



16. エアロビクス

音楽に合わせて歩く動作を基本に体を動かします。その後、ストレッチ、リラックス等を行っています。

- ① ④ ⑤ ⑥ 般 女子のみ
- ② 金曜10:30～11:30
- ③ 4/9～
- ④ 年間15,000円
- ⑤ 中央体育館武道場
- ⑥ 藤本美香



17. 健康体操

普段運動してなくても、体力に自信がなくても大丈夫。しなやかに動く美しい体づくりの体操メニューです。ストレッチボールを使ったリラクゼーションもお楽しみください。

- ① ④ ⑤ ⑥ 般
- ② 月曜14:00～15:30
- ③ 4/5～ ④ 年間7,000円
- ⑤ 中央体育館武道場
- ⑥ 魚谷幸子 (健康運動実践指導者)



18. グルーヴィンダンス

ダンスを取り入れたエクササイズとして、音楽に合わせて体を動かします。日頃の運動不足やストレスを解消し、心と体をスッキリさせましょう。

- ① ④ ⑤ ⑥ 般 女子のみ
- ② 月曜9:45～10:45
- ③ 5/10～
- ④ 年間11,000円
- ⑤ 中央体育館武道場
- ⑥ 上田華奈



5. ダンス

みんなで楽しく踊れるレッスンをしています。みんなの知っているあの曲で踊れるかも?! 初めてダンスをするお友達も大歓迎です。

- ① 小 約50名 ③ 4/14~
- ② 水曜 16:15~17:15
17:20~18:20(2部制)
- ④ 年間12,000円 諸経費500円
- ⑤ ふれあいセンター大研修室
- ⑥ 上田華奈



6. KID'S空手

空手のさまざまな動きを通じて、基礎体力向上を目的として実施します。

- ① 幼 4・5歳児 (年中・年長)
定員20名
- ② 土曜 12:20~13:00
- ③ 5/8~
- ④ 年間8,000円
- ⑤ 中央体育館武道場
- ⑥ 内田雅也

※年度途中の入会は出来ません



7. 空手道 (町教委 受託事業)

基本や礼儀作法を中心に基礎から指導しています。年に一度、昇級・昇段試験を実施しています。

- ① 小 中
- ② 土曜 13:15~14:45
15:00~16:30 (2部制)
- ③ 5/8~
- ④ 年間10,000円
- ⑤ 中央体育館武道場
- ⑥ 内田雅也

※年度途中の入会は出来ません



20. KID'S消防隊

水消火器や放水による消火訓練、行進、号令・敬礼動作など消防団の訓練を通して防災についての意識を高めます。町の出初式に参加させてもらっています。

- ① 幼 5歳児 (年長)
- ② 日曜(月1回) 10:30~12:00
- ③ 9~3月(7回)
- ④ なし
- ⑤ 中央体育館武道場
- ⑥ KAWA-SPO役員



12. ジュニアバレーボール

小学生集まれ! 指導者が丁寧に基礎から指導します。ゲームができるようになったら楽しいぞ~。

- ① 小 4~6年生
(最少開催人数6名)
- ② 第1・3土曜 14:30~16:30
- ③ 4/17~
- ④ 年間2,400円
- ⑤ 中央体育館アリーナ
- ⑥ 西尾要二・理恵子



13. 硬式テニス

初心者を対象とした教室です。基本練習を中心に指導します。ゲームができるようになると楽しいですよ。

- ① 小 中 般
- ② 日曜 9:30~11:30
- ③ 4/4~
- ④ 年間4,500円
- ⑤ 硬式テニスコート
- ⑥ 伊藤彰夫



14. フィットネス

自重トレーニングやトレーニングマシンを活用して、基礎体力の維持増進と生涯スポーツの基本的な動きづくりや健康づくりに役立てましょう。

- ① 中 般
- ② 火・土曜 19:00~21:00
(土曜は自主練習日)
- ③ 4/7~
- ④ 年間4,500円
- ⑤ 中央体育館トレーニング室
- ⑥ 河本興三郎



25. ソフトテニス

小学生を中心とした活動を考えておりますが、一般の方で体験してみたい方もご参加いただけます。親子での参加もOKです。

- ① 小 (初心者) 般
- ② 日曜 9:00~10:30
- ③ 5,6月6回
- ④ 6回分 600円
- ⑤ 軟式テニスコート
- ⑥ ソフトテニス部 部員



19. ヨガ

「美しく調和のとれた体と心」を目的とするヨガは、道具もいらず、いつでもどこでも誰でもできるお手軽健康法です。ゆっくり、気楽にやってみませんか?

- ① 般 (最少開催人数15名)
- ② 第1・3・4火曜 10:00~11:30
- ③ 4/6~
- ④ 年間12,000円
- ⑤ 中央体育館武道場
- ⑥ 増地緑



メニュー 対象学年	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	20	21	22	23
	チャレンジスポーツ	親子体操	ジュニア体操	キッズダンス	ダンス	キッズ空手	空手道	柔道	剣道	なぎなた	ミニバスケットボール	ジュニアバレーボール	硬式テニス	フィットネス	キッズ消防隊	キッズサッカー	基礎サッカー	基礎野球
年少	●																	
年中	●	●		●		●		●		●						●		
年長	●	●		●		●		●	●	●					●	●		
小1			●		●		●	●	●	●	●		●				●	●
小2			●		●		●	●	●	●	●		●				●	●
小3			●		●		●	●	●	●	●		●				●	●
小4			●		●		●	●	●	●	●	●	●				●	●
小5			●		●		●	●	●	●	●	●	●				●	●
小6			●		●		●	●	●	●	●	●	●				●	●
中学生							●	●	●	●			●	●				

KAWA-SPOクラブ

①対象者 ②曜日・時間 ③部費・会費
④場所 ⑤代表者

スポーツ少年団

32. 奈良国中FC

中学生を対象に、基本技術をきちんと身につけ、高校年代でも通用する選手育成をモットーに、地域に密着したチーム運営を目指しています。

- ① **中**
月・木曜：中央体育館アリーナ
土・日曜：川西小グラウンド
または健民グラウンド
部費 月5,000円
入会金5,000円登録料5,000円
⑤安田雅之



33. トリム体操クラブ

“トリムとはバランス”
体と心の健康を考え、体操を通して仲間をつくり、生活習慣病をなくそう。

- ① **般**
②木曜13:00～14:30
③会費 月1,500円
④中央体育館アリーナ
⑤嶋田ハル子



34. 居合・杖道クラブ

古くさい武道です。ですが、姿、形も格好よくなります。女性や年配の方にもふさわしいスポーツです。一度見に来てください。

- ① **般**
②金曜19:30～21:00
③なし
④中央体育館武道場
⑤出口裕久



38. 川西FC

みんなでチームワークを大事にしながらサッカーを楽しんでいます。年間を通じて各種大会に参加しています。

- ① **小**
②土・日曜午前中
③部費 月3,000円
④川西小グラウンド
⑤森岡利次



35. ソフトバレークラブ

ソフトバレーは4人制です。ルールはバレーと同じで、15点マッチのラリーポイント制です。楽しくエネルギーに、そしてファッショナブルにおこなっています。いつでものぞきにきて下さい。

- ① **般**
②木曜18:30～20:30
③なし
④梅戸体育館
⑤田中りゑ



36. 川西ダンスクラブ

ダンスをカッコよく踊るために必要なレッスンをし、発表会やイベントなど、さまざまなステージを目指します。

- ① **小 中** (小4～中3)
②金曜17:00～19:00
④ふれあいセンター大研修室
⑤辻中美弥子
※募集する場合は広報「たいむず」にてお知らせします



NEW 37. KAWA-SPO 陸上クラブ

スポーツにおける総合的な土台作りはもちろん、陸上競技の専門的なトレーニングを初心者にもわかりやすく指導します。「走・跳・投+楽しさ」を一緒に学び、みんなで大会へも出場しましょう！

- ① **小**
②水曜15:30～17:00
③部費 月2,500円
④川西小グラウンド
⑤福田真吾



39. 川西フェニックス

「チームワークと挨拶」をモットーに、強い心と体をつくり、感動を得られる野球を目指しています。

- ① **小**
②土・日・祝 終日
③部費 月1,000円
④旧唐院小グラウンド
または健民グラウンド
⑤森田安紀



のどをうるおすだけの飲料ではありません。

「のどが潤いた」と言うとき、
潤いているのはのどだけではありません。
必要な水分とイオンが失われて、カラダ全体が潤っているのです。
ポカリスエットは、体内の水分に近いイオンバランス
カラダに必要な水分と電解質をすばやくとり戻せます。
カラダのことを考えれば、潤きにはポカリスエット。

イオンバランス 補給剤
POCARI SWEAT

トドロキボウル
ご予約・お問い合わせ 0743-57-6780
〒639-1112 奈良県大和郡山田白土町218-4

ゴルフ練習場・スクール
トドロキゴルフガーデン
ご予約・お問い合わせ 0743-54-3500
〒639-1108 奈良県大和郡山田町九ノ坪538-1

www.todoroki.jp

40. No.1キッズ

いろいろなスポーツを体験したい人集まれ！「笑顔で楽しくスポーツしよう」を合言葉に、仲間とともに取り組むスポーツの楽しさを体験しよう！

- ① **小**
②土曜9:00～12:00
③年間500円
④梅戸体育館
⑤濱田真人



体育協会所属クラブ

①対象者 ②曜日・時間 ③部費・会費
④場所 ⑤代表者

41. バドミントン部

経験がある方もない方も大歓迎。バドミントンは誰でも気軽に始めることができます。一緒に楽しく汗をかきましょう。

- ① **般**
②月曜 19:30～21:00
火曜 9:30～13:00
金曜 14:00～17:00
③年間2,000円(小・中1,000円)
④中央体育館アリーナ
⑤バドミントン部 部長



42. バレーボール部

一緒にバレーボールしませんか? 年4～5回の定期大会に出場しながら活動しています。

未経験者大歓迎!

- ① **般** 女子のみ
②木曜 9:30～12:00
土曜 19:00～21:00
③部費 500円/月
④中央体育館アリーナ
⑤バレーボール部 部長



43. 卓球部

どなたでも気軽にご参加ください。多世代の方がそれぞれの技術レベルに応じて卓球を楽しんでいます。

- ① **中 般**
②土曜 18:30～21:00
③なし
④中央体育館アリーナ
⑤卓球部 部長



44. インディアカ部

バレーボール形式のニュースポーツです。超楽しいですよ。

一度覗きにきてください。

- ① **般**
②月曜 19:30～21:00
木曜 13:30～15:30
③年間1,200円
④中央体育館アリーナ
⑤インディアカ部 部長



45. テニス部

ゲームを中心に楽しくテニスを行っています。日曜午前中、合同練習会を行っています。気軽に参加してください。

- ① **般**
②火・土・日曜: 9:00～12:00
13:00～17:00
③なし
④硬式テニスコート
⑤テニス部 部長



46. ソフトテニス部

おもに小学生を中心として活動をおこなっていますが、親子でのご参加も大歓迎です。

- ① **小 般**
第1・2・3・5金曜: 19:00～21:00
中央体育館アリーナ
土・日曜: 9:00～12:00
軟式テニスコート
③年間12,000円
(KAWA-SPO年会費・県登録費込み)
⑤ソフトテニス部 部長



47. グラウンドゴルフ部

時間があればグラウンドゴルフをやってみませんか? 誰もがいつも、どこでも、いつまでも気軽にできるスポーツです。仲間をつくり、健康で楽しみましょう。

- ① **般**
②月・木曜 8:30～11:30
③県G G協会登録費500円/年
日本G G協会登録費500円/年
④健民グラウンド
⑤グラウンドゴルフ部 部長



48. ゲートボール部

各自治会にはゲートボールチームがあります。年間数多くの試合もあり、対外的にも活動しています。

- ① **般**
②各チームの練習曜日
③なし
④各自治会の練習場
⑤ゲートボール部 部長



49. バスケットボール部

年齢・性別・経験を問わず、みんなで楽しく体を動かしています。興味のある方は気軽に見に来てください。

- ① **小 中 般**
第1～3金曜: 19:00～20:30
梅戸体育館
第4金曜: 19:00～21:00
中央体育館アリーナ
③年間1,000円
⑤バスケットボール部 部長



募集要項

- H22年度年間登録費(登録期間: 平成22年4月1日～平成23年3月31日)

	幼 児	小・中学生	一 般	シニア		ファミリー (幼1名+保1名)
				(60～64歳)	(65歳以上)	
年会費	1,000円	2,500円	3,000円	1,200円	1,200円	3,500円
スポーツ保険料	600円	600円	1,600円	1,600円	800円	600円+1,600円
合 計	1,600円	3,100円	4,600円	2,800円	2,000円	5,700円

※ メニューにより受講料が必要です。メニュー表をご覧ください。

※ 1.チャレンジスポーツ、2.親子体操の付き添い保護者の方は、スポーツ保険料のみ納入してください。年会費は不要です。

- 対 象 川西町在住・在勤・在学の方
■ 申込先 川西スポーツクラブ事務局(川西町中央体育館内) 9時～17時 水曜・祝日休館
■ 申込締切 スポーツ保険の手続き上、開催日の1週間前までにお申し込みください。
■ その他 お申し込みの際は印鑑をご持参ください。
入会申込書は川西スポーツクラブホームページからもダウンロードできます。

HPアドレス <http://kawaspo.org/>

年会費が
500円お得!