

☆入会手続きの方法

- ①**継続会員受付** 令和7年度と同一講座に限り、令和8年2月5日(木)以降の各講座開催日時の30分前から優先して受け付けます。
- ②**新規会員受付** 定員に満たない講座については、令和8年3月1日(日)の13:30~15:00に受け付けます。
対象講座名については、2月26日(木)~2月27日(金)にお問い合わせください。受付当日、13:00~13:30に受付整理券をお渡します。
13:30の時点で入会希望者が定員を超えた講座は、抽選となります。
- ③**随時受付** 令和8年3月2日(月)以降、開所日に事務所で受け付けます。
- 場所** 大治町スポーツセンター内 スポーツプラスおおはる
- 方法** 申込書に必要事項を記入の上、窓口までお越しください。
なお、申込書は事務所窓口にあります。
また、ホームページからダウンロードすることもできます。
- 注意** 申し込みは、原則として本人・保護者のみとし、電話・FAX・メール等では受け付けできません。

☆年会費・参加費

入会には、年会費(保険料を含む)+参加費が必要になります。

	区分	年会費(10月以後)	参加費
一般会員	中学生以下	1,500円 (1,000円)	月単位 1回500円 (コアラのみ800円) ※昼講座は2か月単位 夜講座は3か月単位
	一般(高校生以上)	3,000円 (2,000円)	
	65歳以上(2026/4/1現在)	2,200円 (1,500円)	

- ①申し込み時、年会費と参加費(月会費2か月分・夜講座は3か月分)を納入してください。
※夜講座:「小中学生卓球教室」「ムーンライトヨガ」
- ②一旦入金した会費(年会費・参加費)は、理由のいかんを問わず返金できません。
- ③会員期間は、令和8年4月~令和9年3月までとします。
- ④暴風警報等の発令により、開講できない場合があります。
その場合は、参加費を振替します。

☆賛助会員の募集

賛助会員	区分	年会費	当クラブの趣旨に賛同し、活動助成をしていただける個人・法人および団体の賛助会員を募集しております。
	個人	1口 3,000円	
	法人および団体	1口 10,000円	

☆お問い合わせ先

スポーツプラスおおはる (大治町スポーツセンター内)

〒490-1132 海部郡大治町大字北間島字藤田33-1

開所日・時間帯: 月・木/9:00~17:00 日・火・金/9:00~12:00

開所日: 水・土・祝日の翌日・年末年始・その他

電話 052-217-6211 FAX 052-217-6921

スポーツプラスおおはる

メール: spplus-oharu@clovernet.ne.jp

令和8年度 会員募集



大治町総合型地域スポーツクラブ スポーツプラスおおはる

SPORTSPLUS OHARU



スポーツプラス元気で明るいまちづくり

当クラブは地域住民の皆さんが主体となって自ら運営・管理することを基に
2015年2月8日に設立したスポーツクラブです。

令和8年度 年間講座 のご案内

月 からだスッキリバレトン

開催日 月3回 定員 30名
 時間 9:30~10:30 対象 一般
 講師 坪内乙香(バレトンインストラクター)
 内容 簡単なバレエの動作で、体の軸を鍛えて歪みを直します。柔軟性アップや脂肪燃焼に効果あり!



月 リラックスヨガ

開催日 月3回 定員 40名
 時間 10:45~11:45 対象 一般
 講師 篠原美穂(ヨガインストラクター)
 内容 心と体を健やかに保ち、リラックスした日々を過ごしたい方におすすめ!



月 スポーツウェルネス吹矢

開催日 第1・3月曜日 定員 24名
 時間 14:00~15:00 対象 一般
 講師 日本スポーツウェルネス協会 大治支部上級公認指導員
 内容 スポーツ吹矢呼吸法で、腹筋や内臓を刺激して血行を促し、健康な体を身につけよう!



月 小中学生卓球教室

開催日 月3回 定員 14名 **夜講座**
 時間 18:30~19:30 対象 小学4~
 講師 福谷和典 岡本まゆみ 中学3年生
 内容 初心者大歓迎!! 基礎・基本を重視した段階的な指導で上達を目指そう!



火 ウエルネスエクササイズ①②

開催日 月4回 定員 各30名 対象 一般
 時間 ①9:30~10:30 ②10:45~11:45
 講師 TIS所属講師
 内容 道具を使った体のほぐしやリズムに合わせた楽しい動きで、体本来の機能を高めよう



木 ゆっくりやさしいヨガ

開催日 第1・3木曜日 定員 40名
 時間 9:30~10:30 対象 一般
 講師 中村敬子(ジ'パル'ソカ'スト'ソカ'スガ'オガ'認定'インストラクター)
 内容 体の内側の筋肉を少しずつ伸ばして、肩こり・腰痛・膝痛を予防します。



木 バラエティエクササイズ

開催日 第1・3木曜日 定員 25名 対象 一般
 時間 10:45~11:45
 講師 中村敬子(JAFA日本フィットネス協会認定IPIPI'クイ'インストラクター)
 内容 エクササイズやヨガなどバラエティに富んだ講座です!



木 アロハ!フラダンス①②

開催日 第2・4木曜日 定員 各20名
 時間 ①9:30~10:30 ②10:45~11:45
 講師 早川小波 対象 一般(女性)
 内容 ゆったりとした動きで体幹の筋肉を鍛えて基礎代謝を上げます。②は上級者対象。



木 ムーンライトヨガ

開催日 月3回 定員 30名 **夜講座**
 時間 19:00~20:00 対象 一般
 講師 中村敬子(ジ'パル'ソカ'スト'ソカ'スガ'オガ'認定'インストラクター)
 内容 ゆったりとしたポーズで心身をほぐし、内面からストレスを発散しましょう! 夜に行うヨガは深い睡眠に効果的!

からだスッキリバレトン



ウエルネスエクササイズ



アロハ!フラダンス



ムーンライトヨガ



やさしいモーニングエクササイズ



のびのびちびっこ体操コアラ



金

やさしいモーニングエクササイズ

開催日 第1・3金曜日 定員 25名
 時間 9:15~10:15 対象 一般
 講師 吉川絵里(IPIPI'クイ'インストラクター) 服部真輝(ピ'クイ'インストラクター)
 内容 簡単なリズム体操で身も心もリフレッシュ! 姿勢の改善を目指しつつ、爽やかな一日をスタートしましょう!



金

のびのびちびっこ体操コアラ

開催日 第1・3金曜日 定員 15組
 時間 10:45~11:45
 対象 3歳までの歩行可能なお子様とその保護者
 講師 NPO法人ママ・ぶらす
 内容 親子で体を動かして楽しくスキンシップをしながら体力向上を目指そう!



金

接骨院お勧め体操

開催日 第2・4金曜日 定員 30名
 時間 9:30~10:30 対象 一般
 講師 NPO法人ママ・ぶらす 鈴木貴仁(柔道整復師)
 内容 ロコモの備えは50歳から! 自分の体力に合った体操を専門家の先生から習いましょう。



短期講座も開催予定!

- ◎新体操教室(年長~小学6年生女子) 6月3回, 10月3回 木曜日
- ◎ボディアート講座(一般) 6月2回, 10月2回 金曜日
- ◎ナイトエクササイズ(エアロビクス&ピラティス)(夜)講座(一般) 7月2回, 9月2回 金曜日
- ◎チャレンジ教室(小学1~4年生) 6月2回, 11~12月2回 日曜日 鉄棒(小1・2) とび箱(小1・2) 鉄棒・とび箱(小3・4)
- ◎運動能力アップ教室①②(小学1~4年生) 8月3回 木曜日 ①(小1・2) ②(小3・4)



※会場は、大治町スポーツセンター内のサブアリーナまたは武道場兼軽運動室です。
 ※各講座の参加費は、1回500円です。
 (のびのびちびっこ体操コアラは800円です。)