２０２４年(令和６年)　港区総合型地域スポーツ・文化クラブ青山　港区北青山１－１－９青山中学校内

４月　スポーカル青山

連絡先)電話番号　080-1036-5098(事務局　森田)
Email　aoy.sporcul@gmail.com

初めて利用される方は、事前に事務局までメールにてご連絡下さい。→→→
(当日の参加は、お控えください)　※テニスは横田(裏面)まで

※安全のため、小学生は夜間開催種目には、保護者とご参加ください。

港区ホームページにて、活動予定をお知らせしています。

メール QR コード

①Let's play バドミントン

〈対象：小学２年以上〉
初めての方や初心者むけのコート開放です。

②初級☆バドミントン

〈対象：小学４年以上〉
全体で基礎練習を行い、試合に必要な技術を身につけます。
土曜 16:00～18:00　於：青中体育館
《 ４／６、２０ 》

※　小学生は親子で参加ください。

③中級☆バドミントン

〈対象：小学４年以上の経験者〉
月曜 18:30～20:45　於：青中体育館
個々に練習した後 19:00～試合を行います。
※　小学生は親子で参加ください。
《 ４／１、１５、２２、２９ 》

【バドミントン参加費】
小中学生　200 円、**大人**　300 円
親子参加　500 円 (小学生＆大人計２名分)
※ラケット貸出・シャトル代含む。回数券あり

申込み

バドミントン経験のある高校生以上の人は
③中級バドに申込みください

初めてバドミントンをやってみたい**小学生**は
親子で①Let's play バドに申込みください

初めてバドミントンをやってみたい**中学生～大人**
バドミントン経験のある中学生は
②初級バドに申込みください

④中級ステップアップ練習会

〈対象：中学生以上〉
土曜 15:00～18:00　於：青中体育館
③中級バドの会員を対象とした練習会です。
《４／１３、２７》

⑤上級☆バドミントン

〈対象：高校生以上の経験者〉
日曜 18:30～20:45　於：青中体育館
19:00～試合を行います。
※月１回のみビジターの方も３００円でご利用できます。
《 ４／２１ 》

Olympian 須賀(水井)泰子さんと AOYAMA バドミントン体験教室

〈対象：小学生１年～６年)〉
4/17(水)16:10～17:10
於：青山中学校体育館
参加費：500 円
６月開始のバドミントン教室 体験イベントです。
ラケットの扱い方や打ち合い体験などの初級指導を行います。YONEX BADMINTON ACADEMY **指導監修。**
詳しくは港区ホームページ　こちらからアクセス→
スポーカル青山３月号をご覧ください。

ベーシックヨガ

〈対象：小学生～〉
※小 1～4 年生は親子で参加ください
土曜 15:15～16:30
於：青小１階プレイルーム
参加費：500 円/回
動きやすい服装で、水分・タオルをご持参ください。ヨガマットの貸出あります。
初心者大歓迎！
《 ４／６、２０ 》

テニス!!

〈対象：小学４年生以上　★のみ小学３年生以上〉　於：青中テニスコート

日曜　15:00～17:00　２面とも初中級（練習と試合）
★17:00～19:00　１面初級（球出し）
１面中級（練習と試合）
19:00～21:00　２面とも中級（試合中心）
《4/7、１４、２１、２８》

月曜　18:00～21:00　１面初級（練習と試合）
１面中級（練習と試合）
《4/1、８、１５、２２、２９》

初めての方も大歓迎！

※小学生は親子で、または１人での参加の時は送迎をお願いします
※参加費：300 円/回
ラケット貸出・ボール代含む

テニス申込・問合せ
090-7805-5034(横田)

野球で遊ぼう!!

〈対象：小学３年生～中学生〉
水曜 15:00～16:30　於：青小校庭
参加費:400 円/回 ※回数券割引あり
経験者も未経験者もまずは楽しく遊ぼう！楽しみながら野球スキルを身につけます！※グローブを持参ください
《 ４／１０、１７、２４ 》
※西門（外苑前駅側）をご利用ください。

スキル UP サッカー

〈対象：小学３年生～〉定員：８名
水曜 15:00～16:30　於：青小校庭
参加費:500 円/回 ※回数券割引あり
ボールを止める・蹴る・運ぶという基礎練習を徹底して行います。（試合やゲームは行いません）
《 ４／１０、１７、２４ 》
※西門（外苑前駅側）をご利用ください。

≪ クラブのご案内 ≫

こども絵画教室

〈対象：３才～〉
土曜 13:30～17:00
於：青小１階プレイルーム
参加費：1,300 円/回

きっとあなたの大切な時間になる！ 作ったり描いたり、自分の思うままに表現しましょう。色や形で遊ぶことで、心は満たされ豊かな気持ちになるでしょう。
《 ４／１３、２７ 》

詳しくはこちらまで→aoy.painting@gmail.com

新体操教室☆ Studio himawari

	火曜/赤坂教室	水曜/青山教室
	於：赤坂小体育館	於：青山小体育館
◎幼児クラス	17:10～18:00	15:10～16:00
◎小学生クラス	18:00～18:50	16:10～17:00

《赤小 4/9、23、30 》《 青小 4/3、10、17、24 》
※4/3は１階プレイルーム

新体操を通して、美しい立ち方や柔軟性を身につけ、子どもの様々な運動の基礎となる運動能力を向上させ、怪我のしにくい身体を作り上げます。無料体験受付中！
HP→
詳しくはこちらまで→info@on-himawari.com

《スポーカル青山　入会案内》＊手続きは各会場にて準備、受付しています。
入会金: 1,000 円（ファミリー会員・兄弟姉妹会員は２人目から入会金免除）
年会費: 2,000 円　年度途中入会時は下の表を参照下さい。（会員期間: ４月～翌年３月末）

	４月～６月	７月～９月	10月～12月	１月～３月
一般会員/大人	2000	1500	1000	500
ファミリー会員/大人	1000	750	500	250
一般会員/子ども	1000	750	500	250
ファミリー会員/子ども	500	350	250	150

参加費: 種目により参加費の金額が異なります。
スポーカル青山の会員は、スポーカル六本木・高松の種目にも参加できます!!