

一般社団法人あすぼは、山北町の総合型地域スポーツクラブです。年長～小学生対象のプログラム「ホリデージム」(月2回日曜日・川村小)が、毎年人気のイベント「夏休み学習ひろば」を開催！小学生どなたでも参加できます♪



楽しくのほすスポーツ広場「ホリデージム」

夏休み学習ひろば

小学生を対象に、楽しく体を動かして宿題も進められる企画を開催！
午前中のスポーツ&スタディタイムで、メリハリある生活のペース作り。ぜひご参加下さい。

友達と
楽しく
取り組める！



ホリデージム

7月の通常活動は

7月9日(日)

山北町立川村小体育館



A B 合同 10~11:00

「バドミントン &
なわとび」

500円で体験OK★

- 日 時： 7/27(木)、7/28(金)、7/31(月)、8/1(火) 9:30~11:30
 - 場 所： 山北町健康福祉センター(会場は裏面参照)
 - 対 象： 小学生 ●定員25名(事前申込・先着順・定員になり次第締切)
 - 持ち物： 上履き、飲み物、タオル、筆記用具、宿題(自分が取り組みたいもの) / 動きやすい服装
 - 会 費： 1回 800円 ★全回参加割引…3,000円
★兄弟姉妹割引(二人目以降)…1回 750円 / 全回参加 2,800円
- ※保護者の方が前納下さい。納入後はご返金できません。※「あすぼ」会員でない方は、上記に加え保険料1000円(一世帯・年度内適用)が必要。「あすぼ」のほかの事業にも会員としてご参加できます。
- 申込み： あすぼ会場またはメールにて事前申込み。
詳細は裏面をご覧ください。※ホリデージム通常活動の体験申し込みも同連絡先。

① 学習ひろばの流れ

【 時 間 】	【 内 容 】
9:20～9:30	受付 (②「各日の会場」参照)
9:30～10:30	スポーツタイム～体と脳を活性化!～ 講師の先生と一緒に楽しく運動して体と頭を元気にします! 各日、ゲーム性や遊びの要素を盛り込んだ楽しい運動を予定 しています。 
10:30～10:40	休憩
10:40～11:30	スタディタイム～体&脳が元気になったら、勉強♪～ 自分が持ってきた宿題に取り組みます。難しいところは あすぽスタッフに相談してみましょ。う。「百ます計算」等 ドリルもご用意しています。 

② 各日の会場 山北町健康福祉センター内 (1階または2階)

7/27:多目的室1、7/28:202・203 会議室、7/31:多目的室2、8/1:多目的室1

③ 申し込み方法 メール又はあすぽ会場にてお申し込み下さい。定員になり次第締め切り。

- 宛先: asupo2010jr@yahoo.co.jp
 - タイトル: 「学習ひろば申込み」
 - 本文: 「参加希望日、あすぽ会員/非会員、お子様名(よみがな)、学校名・学年、保護者名、TEL」
- ※メール受付後、確認の返信を致します。送信後3日経っても返信がない場合は、お手数ですがお電話ください。ようお願ひ致します(090-8013-5541)。
- ※パソコンからのメール拒否設定をされている方は、上記アドレスを受信できるよう設定をお願い致します。

④ 注意事項

- 宿題は、書道や絵具を使う絵画以外のものをお持ちください。
- 運動をしますので動きやすい服装でお越しください。
- ご家族のどなたかがあすぽ会員の場合、保険料は不要または500円追加のみ。お申込み時にご連絡下さい。
- 万一欠席の場合は、表面の連絡先に当日朝8時までにご連絡下さい。返金はできませんのでご了承ください。

そのほかの、夏休み中のあすぽのプログラム!

下記は予定です。ご参加の際、時間・料金等の詳細をご確認下さい。

～お問い合わせはお気軽に、体験大歓迎!～

- 年長～小学生向け 楽しくのぼすスポーツ広場「ホリテージム」** 会場: 山北町町営プール
8月は「水泳」とイベント「水中運動会」を予定!
 *日程は7月に発表!ご興味ある方は、表面のお問い合わせ先へご連絡ください。
- 園児向け 幼児体操クラス「ファイトキッズ」** 会場: 山北児童館
8/9、23(水) A) 14:55～15:55、B) 16:10～17:10 *体験等お問い合わせ下さい。
- 親子向け 笑顔いっぱい「きらきら親子体操」** 会場: 南足柄市中部公民館
8/8、29(火) 9:45～10:45
 *8/8は親子体操の後、みんなで「のびのびアートタイム」(絵画制作)♪
 *8月はどなたでも親子1組500円!幼稚園、小学生のお兄さんお姉さんも参加OK。
- 大人向け 託児付き朝のエクササイズ「チャージ!」** 会場: 山北町健康福祉センター
8/2(水)B:「美しい体操」、7(月)A:「スッキリンパ」B:「癒しのヨガ」
 A) 9:20～10:20、B) 10:35～11:35 *8月は1レッスン500円で参加OK!
- 夜チャージ!「夜筋!!～明日の為の筋トレ&ストレッチ～」**会場: 山北町健康福祉センター
8/8、29(火) 19:30～20:30 *小学生100円、中高生500円、大人800円/1回