



一般社団法人

常願寺川公園スポーツクラブ

2018年3月下旬

# クラブハウス 完成!!

## 新 会員募集中!!



会長の平木です!  
一緒にいい汗  
流しませんか!

### 4月の開講に向け、体験教室を開催します

いつまでも美しく、若々しく!! 元気な女性を応援します!!

1回 **500** 税込  
円

### リラックスヨガ

<対象>  
体力に自信のない方  
シニアの方

運動レベル/★★★★☆



### パワーヨガ(一般)

<対象>  
日々の中で不調を  
かかえていない方で、  
体力をつけて  
いきたい方

運動レベル/★★★★☆



### ママヨガ(女性限定)

<対象>  
育児中の体力づくりをしたい方  
産後の心と体をリフレッシュしたい方

運動レベル/★★★★☆



### ゆるコアトレ (体幹トレーニング)

<対象>  
まだまだ元気な  
アクティブシニアの方



### ベーシックコアトレ (体幹トレーニング)

一流アスリートも実践している  
最先端の  
トレーニング



ヨガ講師/  
ヨガインストラクター mari  
全米ヨガアライアンス 200 取得  
SUN&MOON マタニティヨガ指導者



コアトレ講師 / 近江 純  
JOGANJI 富山 U6 / フィジカルコーチ  
KOBAS 式体幹会バランスマスターライセンス  
マスタートレーナー

スケジュールは裏面をご覧ください

■ お問い合わせ



一般社団法人

常願寺川公園スポーツクラブ

〒930-0275 富山県中新川郡舟橋村東芦原86-1

TEL 076-464-1820 FAX 076-464-1640

Eメール [joganji.sc@ae.auone-net.jp](mailto:joganji.sc@ae.auone-net.jp)

詳しい情報は  
ホームページまで。

[www.joganji.sc](http://www.joganji.sc)

# ● 体験会スケジュール

会場は利田公民館の和室となります。

2/5 (月)	13:30~14:30	ベーシックコアトレ	近江
	15:00~16:00	ゆるコアトレ	近江
8 (木)	10:00~11:00	ママヨガ	山村
	11:30~12:30	パワーヨガ	山村
15 (木)	10:00~11:00	リラックスヨガ	山村
	11:30~12:30	パワーヨガ	山村
19 (月)	13:30~14:30	ベーシックコアトレ	近江
	15:00~16:00	ゆるコアトレ	近江

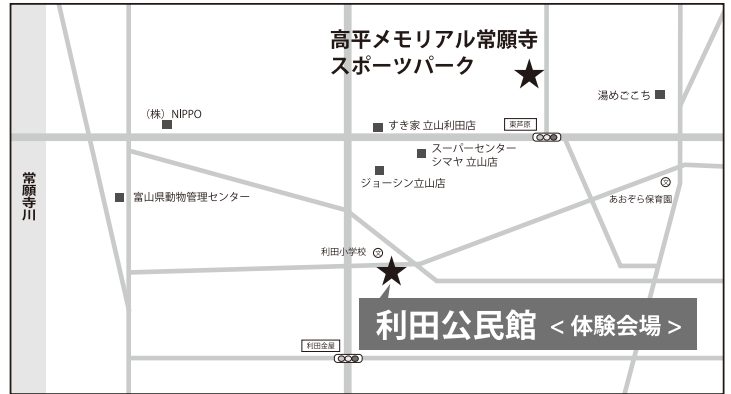
3/5 (月)	13:30~14:30	ベーシックコアトレ	近江
	15:00~16:00	ゆるコアトレ	近江
8 (木)	10:00~11:00	ママヨガ	山村
	11:30~12:30	リラックスヨガ	山村

## ■体験教室会場(利田公民館)

〒930-0275 富山県中新川郡立山町利田1080

電話番号 076-463-4077

## 利田公民館と高平メモリアル常願寺スポーツパーク



# 新メンバー募集!!

## JOGANJI 富山 (サッカー)

【U-6 : 幼児】 活動日/日曜 時間/8:00~9:00  
場 所/高平メモリアル常願寺スポーツパーク 他

【U-12 : 小学生】 活動日/水曜・金曜・土曜or日曜  
時 間/18:00~19:30 (1・2・3年生)  
19:00~20:30 (4・5・6年生)  
※平日練習時間 (土日は随時連絡)  
場 所/高平メモリアル常願寺スポーツパーク 他

【U-15 : 中学生】 活動日/火曜・木曜・土曜・日曜  
時 間/19:00~21:00  
※平日練習時間 (土日は随時連絡)  
場 所/高平メモリアル常願寺スポーツパーク 他

## ■陸上スクール

【対象】 小学1年生~6年生  
【曜日】 木曜日  
【時間】 18:00~19:30  
【場所】 高平メモリアル常願寺スポーツパーク  
(悪天候時は周辺屋内施設)



## ■体験参加申込書

申込みコース (✓を入れてください) <input type="checkbox"/> リラックスヨガ <input type="checkbox"/> ママヨガ <input type="checkbox"/> パワーヨガ (一般) <input type="checkbox"/> ゆるコアトレ <input type="checkbox"/> ベーシックコアトレ <hr/> <input type="checkbox"/> サッカー <input type="checkbox"/> 陸上スクール	ふりがな	-----	生年月日	西暦	年	
	ご参加者名	-----				月
	ふりがな	-----	TEL ( ) -	FAX ( ) -		
	ご住所	〒 -				
E-mail	-----	@				
ご参加希望日 月 日 : ~ 2回・2種目以上のご参加の場合は TEL 076-464-1820 までご連絡ください						

本申込書をEメールもしくはFAXにて送付して下さい

# FAX 076-464-1640