



南部町総合型地域スポーツクラブ
スポnet
 なんぶ
 supo net hanbu

ポネットちゃんだより

2019 - 2020
 12・1月号

スポーツでつなくとびきりの笑顔の輪
 コウキンヲ ユサブレ

脂肪燃焼！代謝アップ！冬こそカラダづくりのチャンス！！
毎年大好評のお得なチケットを利用して、カラダを動かしませんか！

施設利用月会費 (プール・トレーニング・共通)

2か月分の料金で3か月間利用できる
お得な3ヶ月パック数量限定販売

1月11日(土) 10時より販売開始

新規入会の方又は既会員で6か月以上ご利用
 がない方※共通利用に変更の場合除く...**限定20本！**

既会員の方※上記対象者除く ...**限定20本！**

5か月分の料金で6か月間利用できる
お得な6ヶ月パックも同時販売...限定20本！

対象者条件なし

期間～1月31日(金)数量がなくなり次第販売終了。
 新規の方は入会申込書の記入(印鑑要)と顔写真2枚要。
 既に会員の方は、施設利用会員証を必ずご持参下さい。



※参考料金:1ヶ月分
 プール4,110円
 トレ 3,080円
 共通 4,620円

施設利用回数券 (プール・トレーニング・お風呂)

新春プラス1キャンペーン

1月4日(土)～1月31日(金)

通常の11枚綴りが12枚に！！
10枚分の料金で2枚分お得な回数券です。

※回数券に使用期限はございません。

※どなたでもお使いいただけます。

(大人の場合 12枚綴り)

プール5,100円 トレーニング 3,000円

上記共通利用 6,100円 お風呂 2,000円

上記期間中は1枚お得な6枚綴り回数券も
 販売いたします。

ジュニアチーム活動紹介

スポnetなんぶテニスクラブ

テニスクラブには、小学1年生から中学3年生までの20名が在籍しています。県内では数少ない硬式テニスのジュニアチームなので、鳥取市や松江市の方から通っているメンバーもいます。技術、体力のアップ。そしてやる気を引き出し、あきらめない心を育てることを大切に活動しています。

この活動を通して、ジュニアを育成し、高校、大学、



社会人になっても生涯楽しめるスポーツとしてのテニスを選択してくれる子を育てることを目標にしています。

活動日：水15:30～18:00 土8:30～11:00

新しい教室のご案内 ウェーブストレッチ



ウェーブストレッチとは「ほぐす」「引き締める」「伸ばす」ことで理想的な姿勢を作り出し、さらに機能的な動きを引き出すことができるエクササイズです。専用のリングを手で持ったり、乗ったりして全身へアプローチします。



開催日 月曜日 19:30～20:15

会場 南部町総合福祉センターしあわせ2階

参加費 1回500円

持ち物 水分・マット(リング・マットは貸出有)

その他 レッスンには裸足で行います