

地域総合型スポーツクラブSSC あすも

あすもだより

2019年9月

SSC あすもの目指す姿

子どもから年配の方まで、誰でも、いつでも、いつまでも気軽にスポーツに参加できる環境づくりを目指します。

特定非営利活動法人さいたまスポーツクラブ
〒337-0052
さいたま市見沼区堀崎町 12-39
Tel.048-797-5551

HIP HOP スクールの子どもたちがダンスを披露



8月18日(日)山崎公園で行われた『七里商工会夏祭り』でSSC あすものHIP HOP スクールの子どもたちがダンスを披露しました。暑い中、子ども達皆頑張りました。

SSC あすも“オータムキャンペーン”

SSC あすもでは、月曜日を除く毎日、たくさんのレッスンが行われています。ヨガ、ピラティス、ストレッチなどのコンディション系、ステップ、エアロビクス、マーシャルフィット、ズンバなどのエアロビクス・ステップ系、フラダンス、ベリーダンスなどのダンス系、そして太極拳、卓球、フットサルなどのスポーツ系、ご用意しています。10月入会の方にお得な“オータムキャンペーン”、入会金0円、1か月分会費サービス、さらにカタログギフトのプレゼントをいただきます。



スポーツの秋、SSC あすもに入会しませんか。

SSC あすも 9月のプログラム

火		水		木		金		土		日	
スタジオ	アリーナ	スタジオ	アリーナ	スタジオ	アリーナ	スタジオ	アリーナ	スタジオ	アリーナ	スタジオ	アリーナ
9:00		9:00		9:00		9:00		9:00		9:00	
9:30~10:00 おはようストレッチ	9:20~10:00 踊ヨガ 田村	9:20~10:20 ストレッチヨガ 岡本	9:10~11:10 さわやか卓球 矢野	9:20~10:00 はじめてのやさしい ピラティス 出口	9:10~11:10 さわやか卓球 矢野	9:30~10:00 おはようストレッチ 高子	9:20~10:10 健康ストレッチ 松森	9:10~10:40 Jr.卓球 (小・中学生向け)	9:30~10:00 おはようストレッチ	9:10~10:00 踊1.2.4 呼吸法とストレッチ 山下(英)	9:30
10:20~10:50 バレエストレッチ& 超入門バレエ 田村	10:15~11:15 パワーヨガ 山下(英)	10:30~11:40 太極拳 岡田	NEW 12:00~12:00 びくびくリズムウォー ク 松森	10:10~11:10 初級・中級バレエ 田村 ※バレエは 1レッスンのみ参 加可	10:15~11:00 ピラティス 河本	10:10~11:10 ベシックヨガ 高子	10:20~11:00 かんたんエアロ 松森	11:15~12:15 第1.2.3.ヨガ 担当講師を ご覧下さい 第4 藤手寿由江	10:15~11:15 パワーヨガ 担当講師は 館内掲示を ご覧ください	11:30~12:30 エアロクス 第1.3 NAOKO	9:30
11:05~12:05 入門・初級バレエ 田村 ※バレエは 1レッスンのみ参 加可	11:30~12:15 ストレッチボール 第1.3.5 佐藤 第2.4 リラックス 松森	12:10~13:00 健康ストレッチ 松森	12:10~12:20 入門・初級バレエ 田村 ※バレエは 1レッスンのみ参 加可	11:20~12:20 入門・初級バレエ 田村 ※バレエは 1レッスンのみ参 加可	11:30~12:30 パワーヨガ 大前	11:15~12:30 はじめてのハウス まみ	11:50~12:50 フラダンス 杉本	11:00~12:30 エンジョイ 卓球	11:30~12:30 エアロクス 第1.3 NAOKO	11:30~14:00 ※レンタル	9:30
12:15~13:15 初級・中級バレエ 田村 ※バレエは 1レッスンのみ参 加可	13:15~15:00 ※レンタル	12:45~13:45 ペリダンス 宮島	12:45~13:45 ストレッチボール EX まみ	12:45~13:45 ペリダンス 宮島	12:45~13:45 やさしいピラティス まみ	13:15~14:15 Jr卓球 兼清	13:45~14:45 マールフィット HROMI	12:45~17:00 ※レンタル	12:45~19:00 ※レンタル	14:40~16:40 さわやか卓球 矢野	9:30
14:30~15:30 ベシックヨガ なな	15:30~17:50 忍者ナイン	14:05~15:05 レッスン・自由 練習 館内掲示を ご覧ください	14:00~14:40 かんたんエアロ 松森	14:30~15:00 ストレッチボール まみ	14:50~15:35 ステップ&ダン セル 松森	15:20~16:05 チアダンスA 真由	15:00~19:00 ※レンタル	17:45~19:00 基礎から楽しむ フットサル 酒井/渡辺	17:45~19:00 フットサル 酒井/渡辺	20:30	
16:20~17:10 Kids English A Nao	17:10~18:10 Kids English B Nao	16:20~17:20 水バレエB 伊月	15:45~18:00 T.T.彩たま 卓球アカデミー	16:20~17:20 水バレエB 伊月	17:30~18:30 水バレエC 伊月	16:30~18:00 Jr.卓球 (小・中学生向け)	17:30~18:30 チアダンスC 真由	17:45~19:00 基礎から楽しむ フットサル 酒井/渡辺	17:45~19:00 フットサル 酒井/渡辺	20:30	
18:30~19:30 Jr. HIP HOP MOMOKO	18:45~20:05 バレエ ポワント 伊月	13:45~20:05 バレエ ポワント 伊月		13:45~20:05 バレエ ポワント 伊月						20:30	
20:30		20:30		20:30		20:30		20:30		20:30	
有料プログラム	ピタパ 参加 要レッスン ※レッスン料500円(税別)	レンタル									

【営業時間】火～金 9:00～21:00 土・日 9:00～19:30 (スクールは除く) ※月曜休館日

2019年7月18日現在
SSCあすも ☎048-797-5551

次回の「あすもサロン」

日時： 9月15日(日) 14:00～

講師： 作家・市議会議員 鶴崎敏康氏

テーマ： 『私たちの《埼玉・さいたま》を知る』

さいたま市の意外な事実 古典文学にみるさいたま市にゆかりの人物

お問合せ・お申し込みはあすもフロントまで

SSC あすもクラブ会費が10月1日より変わります

消費税改定に伴い、月会費などを変更させていただきます。

入会金		3,300円			
月会費	レギュラー会員	6,050円	ファミリー会員	4,730円	
	曜日会員	4,400円	土日会員	5,500円	
	中学生レギュラー会員	4,730円	中学生曜日会員	4,400円	
	スクール会員	4,400円	スクールポイント会員	6,600円	
駐車場料金	レギュラー・ファミリー	1,100円	曜日・土日・スクール	550円	
ピタター	1回	900円			
ゲスト	1人	110円			

月会費、休会費、駐車場料金、有料ロッカー、マット預かりなど口座振替については9月30日引き落とし分から変更となります、