

入会のご案内&会員特典

会員特典 01

対象教室に
複数種目参加できる

対象教室にすべて参加することができます。複数種目をかけもちOK!

会員特典 02

ファミリー割引

ご家族2人目からファミリー割引
ご家族での会費がお得に!

家族で入会し、みんなで健康になろう!

会員特典 03

楽しいイベントで交流

遠足やウインタースポーツなど

季節に応じた楽しいイベントで
仲間や家族で交流できます。

年会費

※教室日程は、講師都合や気象状況の変化等により変更になることがあります。
※休講になった教室の振替は原則としていたしません。
※年度途中からの入会は年会費を月割りします。(保険料は別途かかります。)

区分	説明	幼児	小・中学生、65歳以上	高校生～64歳以下
個人会員	対象教室にすべて参加することができます。複数種目をかけもちOK!	6,000円	12,000円	15,000円
ファミリー会員	ご家族2人目からのお得な割引です。家族で入会し、みんなで健康に!	一律 2,000円引き (9月末日までのお申し込みに限ります。)		
おためし1 (保険なし)	入会前に1回体験したい!という方におすすめ!納得してからはじめられます。	400円	600円	800円
おためし5 (保険なし)	1回分お得で月に数回しか参加できないという方におすすめです。年度内であればいつでも使用できます。	2,000円	3,000円	4,000円

+ 保険料

入会時にスポーツ安全保険(公益財団法人スポーツ安全協会)への入会の有無を伺います。

●中学生以下 800円 ●高校生～64歳以下 1,850円 ●65歳以上 1,200円

※一旦納入いただいた年会費等の諸費用は、管理者が認める理由がある場合を除き返還できません。

入会方法

申し込み用紙に
必要事項を記入

＼ご持参ください／
入会申込書・印鑑

※申込用紙には印鑑が
必要です。

加茂B&G
海洋センター窓口で
お申し込みください

年会費を
お振り込みください

※入会日から保険有効になる
まで1週間程度かかります。

会員登録完了

入会されたその日からプログラムに
参加することができます。

令和5年度

会員募集



特定非営利活動法人 Yu-Gaku 加茂スポーツクラブ活動概要

活動目的

健康・スポーツ活動の普及推進に関する事業を行い、スポーツの振興を図るとともに、子どもから高齢者、障がいのある方まで地域住民の「健康づくり」「生きがいづくり」「コミュニティーづくり」に寄与するとともに健康で明るい町づくりに貢献する。

施設



雲南市加茂B&G海洋センター ランソテ

- アリーナ(バスケットコート1面)
- 第2体育館 ●温水プール
- トレーニングルーム ●ミーティングルーム

加茂中央公園

- 野球場(ナイター照明付)
- テニスコート(3コート・照明付)
- 多目的広場(300mトラック)
- ちびっこ広場(遊具)など
- ふれあいの丘
(ターゲット・バードゴルフ場、ディスクゴルフ場、サッカー場、グラウンドゴルフ場)

特定非営利活動法人 Yu-Gaku加茂スポーツクラブは
多くの企業に支えられています。

平野醤油	株式会社 Uフレンドオート
あいスポーツ	フレッシュかつひら
居酒屋 もみじ	南サンコー雲南 木次給油所
ドライブイン加茂	phiten フィットネス 雲南特約店
ソフトボールチーム DANDAN	加茂ネーブル 山崎写真館 山崎写真館

お申し込み・
お問い合わせ先



特定非営利活動法人 Yu-Gaku
加茂スポーツクラブ 事務局

総合型地域スポーツクラブは、人々が身近な地域でスポーツに親しむことのできる新しいタイプのスポーツクラブで、子供から高齢者まで(多世代)、様々なスポーツを愛好する人々が(多種目)、初心者からトップレベルまで、それぞれの志向・レベルに合わせて参加できる(多志向)、という特徴を持ち、地域住民により自主的・主体的に運営されるスポーツクラブです。

みんないっしょに
汗ながさこい!!



特定非営利活動法人 Yu-Gaku
加茂スポーツクラブ

Yu-Gaku 加茂スポーツクラブは

幼児から高齢者まで、誰もがいきいきと元気で過ごせるようサポートさせていただきます！

対象教室すべてに参加できます！

見学は自由！

ボランティアスタッフも募集中！

※教室中に事務局員が写真撮影をすることがあります。撮影させていただいた写真は、活動の広報に使用させていただきますのでご了承ください。

教室紹介

※教室日程は、講師都合や気象状況の変化等により変更になることがあります。
※休講になった教室の振替は原則としていたしません。



サッカー (F.C.UNNAN)

対象
中学生



活動日
・毎週 火・木 /18:30~20:00
・毎週 土・日 /14:00~16:00

会場 加茂中央公園 多目的広場など

指導 尾宅 泰樹
(日本サッカー協会公認D級コーチ)

持ち物 サッカーシューズ、タオル、ドリンク

サッカーを通じてチームプレーの楽しさや大切さを学びます。サッカーをやってみたい中学生、私たちと一緒にサッカーを楽しもう！ ENJOY! FOOTBALL!!



ジュニアレスリング

対象
幼児～小学生




活動日
・毎週 月・木 /18:30~20:30
・毎週 土 (初心者クラス) /14:00~14:45
・毎週 日 /15:00~17:00

会場 第2体育館

指導 原 恵介
(日本スポーツ協会公認コーチングアシスタント)

持ち物 室内運動靴、タオル、ドリンク

心身ともに強くたくましくなれる教室です。また、マット運動も取り入れ、柔軟性やバランス感覚などを養うことができます。バク転もできるようになるかも!?



ジュニアテニス

対象
小学生
親子可



活動日
毎週 土 /9:00~12:00

会場 加茂中央公園 テニスコート

指導 佐藤 正己
(日本スポーツ協会テニスコーチ2)

持ち物 タオル、ドリンク、帽子、運動靴

基礎スイングとフットワークの基本などを通じて、テニスの楽しさを学びます。島根出身のプロテニス選手が幼少期に練習したコートでテニスを楽しもう!! 親子での参加も大歓迎!



ソフトボール (雲南アイランドルーツ)

対象
中学生



活動日 毎週 土 /16:00~19:00

会場 加茂中央公園野球場など

指導 荒木庸次、佐藤和宣 (日本スポーツ協会ソフトボールコーチ1) ほか

持ち物 運動靴、タオル、ドリンク、グローブ (貸出あり)

育成プログラム PR動画

島根県初の中学生ソフトボールクラブチーム「雲南アイランドルーツ」を2023年4月に設立します。男子は全国大会出場、女子は個々のレベルアップを目的に活動します。初心者の方も大歓迎です。ソフトボールをもっと楽しく!



レスリング (中学生)

対象
中学生



活動日
・毎週 月・火・木・金 /18:30~20:30
・毎週 土 /15:00~17:00

会場 第2体育館

指導 原 恵介
(日本スポーツ協会公認コーチングアシスタント)

持ち物 室内運動靴、タオル、ドリンク

様々な大会に出場し、多くの経験を積みながら全国大会優勝を狙います。初心者の方も参加OK!



キッズバスケ

対象
幼児～小学3年生



活動日 (月2回) /13:00~14:00

会場 アリーナ

指導 吾郷 中
(JBA公認C級コーチ)

持ち物 室内運動靴、タオル、ドリンク

走ったり、ドリブルで競争したり、楽しみながら運動神経を発達させ、技術やバランス感覚を身につけることができます。シュートをいっぱい決めてバスケットを楽しもう!



ミニバスケットボール (加茂遊学MBC)

対象
小学生




活動日
・毎週 月 /17:00~18:30
・毎週 木 /18:00~20:00
・毎週 土 /9:00~12:00

会場 アリーナ

指導 吾郷 中
(JBA公認C級コーチ)


持ち物 室内運動靴、タオル、ドリンク

ドリブル・パス・シュートの基礎を中心に練習しながら、選手個々の基礎技術向上を目標にがんばっています。チームメイトと力を合わせて全力プレーで県大会出場を目指そう!!



ヒップホップダンス

対象
4歳～高校生



活動日
日 (月2回/不定期) 各50分のレッスン
・キッズクラス (小学4年生以下) /11:00~11:50
・ジュニアクラス (小学3年生~高校生) /12:00~12:50

会場 第2体育館

指導 門脇のぞみ (リライズダンススクール代表)

持ち物 室内運動靴、タオル、ドリンク

リズムに合わせて体を動かし、基本のステップなど基礎から楽しく練習します。地域のイベントにも出演し、ダンスを披露するよ!一緒に楽しく踊りましょう。



卓球

対象
小学生以上



活動日 毎週 木 /18:30~20:00

会場 第2体育館

指導 大谷 麻美
(日本スポーツ協会公認コーチングアシスタント)

持ち物 室内運動靴、タオル、ドリンク

基礎から練習し、楽しく上達することができます。小学生から高齢者の方まで幅広い皆さんに楽しんでいただける教室です。ラリーを続ける緊張感やサーブやスマッシュのスピード感を楽しみましょう!



ピラティス

対象
中学生以上




活動日 第1,3 土 /20:00~21:00

会場 第2体育館

指導 常松 恵太
(理学療法士、ピラティスインストラクター)


持ち物 タオル、ドリンク、ヨガマット

体の中心にあるコア筋肉、インナーマッスルを使い、正しい姿勢をキープしながらエクササイズをしていきます。骨盤の歪みや姿勢が矯正され、しなやかに美しい筋肉も作ることができます。



ヨガ

対象
中学生以上



活動日 毎週 土 /10:00~11:00

会場 第2体育館

指導 倉田 里美 (健康運動指導士)、西川 雅子 (公認ヨガインストラクター)

持ち物 タオル、ドリンク、ヨガマット

体の柔軟性を高め、新陳代謝が良くなり、美容と健康づくりに最適です。週1回、体のリセットをしていきましょう。「継続は力なり!!」



バドミントン

対象
小学生以上



活動日 毎週 月 /18:30~20:00

会場 アリーナ

指導 梶谷 喜与志
(日本スポーツ協会公認コーチングアシスタント)

持ち物 室内運動靴、タオル、ドリンク

初心者から楽しく練習でき、親子と一緒にバドミントンを楽しむことができます。バシッとスマッシュを打ってストレス発散しよう!



一般テニス

対象
中学生以上




活動日
・毎週 土 /20:00~22:00 (4月~10月の間)
・毎週 日 /9:00~12:00

会場 加茂中央公園テニスコート

指導 佐藤 正己
(日本スポーツ協会テニスコーチ2)


持ち物 タオル、ドリンク、帽子、運動靴

人工芝(砂入り)のテニスコートで楽しくプレーすることができます。生涯スポーツのテニスを通して、健康的な体作りをしましょう!日焼けが心配な方も、夜はナイター設備があるので安心です!



ZUMBA®

対象
中学生以上



活動日 毎週 金 /20:00~20:45

会場 第2体育館

指導 金坂 明子
(公認ZUMBA®インストラクター)

持ち物 室内運動靴、タオル、ドリンク

ラテン系の音楽に合わせて、楽しく踊って多くのカロリー消費ができるので脂肪燃焼効果が期待できるエクササイズです。ラテンの世界に身を任せてパーティーを楽しみましょう!!



美クササイズ

対象
高校生以上



活動日 毎週 月 /13:30~14:30

会場 第2体育館

指導 倉田 里美
(健康運動指導士)

持ち物 室内運動靴、タオル、ドリンク、ヨガマット

ストレッチボールやバランスボールを使ったエクササイズを行い、週に一度の運動習慣で楽しく汗を流しましょう。体は動かしたいけど、できるかなと不安に思っている方にピッタリの、どなたでも簡単に楽しくできるエクササイズです。