

スポーツライフ・鹿島 クラブメニュー

いきいきサークル

子どもから高齢者まで、楽しみながら活動しています。



①空手クラブ

- ★活動日 毎週木曜日・日曜日
- ★時間 18:30~20:30
- ★場所 鹿島市民体育館
- ★対象 子供~大人
- ★会費 月/2,000円

礼に始まり、礼に終わる。
心と体を鍛えませんか!
中体連、高校総体の種目
にある空手です。



②テニスクラブ

- ★活動日 毎週金曜日
- ★時間 19:00~21:00
- ★場所 北公園テニスコート
- ★対象 高校生~一般20名
- ★会費 1回/300円



人工芝のコートで、
オールシーズンプレイ
出来ます。



③卓球クラブ

- ★活動日 毎週月曜日
- ★時間 20:00~22:00
- ★場所 北鹿島体育館
- ★対象 小学生~大人
- ★会費 1回/200円

卓球を一緒に楽しみませんか?
初心者・学生さんにも優しく
指導します。



④蟻尾山G・ゴルフクラブ

- ★活動日 毎週火曜日・金曜日
- ★時間 9:00~16:00
- ★場所 蟻尾山公園G・ゴルフ場
- ★対象 誰でもOK
- ★会費 市内1回/100円

芝生のコースで爽やかな
汗を流しませんか!



⑤ソフトバレーボールクラブ

- ★活動日 毎週月曜日
- ★時間 20:00~22:00
- ★場所 鹿島市民体育館
- ★対象 大人
- ★会費 1回/200円

4名1組で行なうバレー
ボールです。皆さんも一緒に
汗を流しませんか。



⑥弓道クラブ

- ★活動日 毎週月曜日・金曜日
- ★時間 18:30~20:00
- ★場所 市民武道館
- ★対象 中学生~一般
- ★会費 年/1,000円

高校で弓道やるなら、
中学生から始めましょう!



⑦健康づくりウォーキング

(夢パレットさが提携事業)

- ★活動日 毎週木曜日
- ★時間 9:30~12:00
- ★場所 蟻尾山公園及び周辺

カレッジシールをためて
認定証を目指しましょう。



⑧水中体操教室

- ★活動日 7月~8月まで実施(6回・毎週金曜日)
- ★時間 11:00~12:00
- ★場所 鹿島市B&G海洋センタープール
- ★会費 全/3,000円

水中での体操は効果倍増、
健康づくりに役立ててください。

