

教室に参加する会員の皆さまへ

教室に参加する際は下記内容をご理解の上、参加いただきますよう再度、お願いいたします。新型コロナウイルス感染症だけでなく、インフルエンザも流行する季節となってきました。しっかり予防対策を行い、感染を阻止しましょう！
☆非接触型体温計は各教室指導者に配布していますので、体温チェックは会場でも行えます。

1. 体調がよくない場合は参加をお控えください。
(例：発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合)
2. 移動の際や休憩中は、マスクの着用を徹底してください。
(競技中は可能な範囲で)
3. 運動前・運動後は手指消毒を行いましょう。
4. 三密（密閉・密集・密接）を避けてください。
5. ゴミは必ず自身でお持ち帰りください。



会員カード呈示で受けれる特典はコチラ！！

道の駅「波野」神楽苑

神楽苑オリジナルの「そばソフトクリーム」を是非、一度食べてみて下さい。
また、食べたくなる事間違いなし！！

そばソフトクリーム(大)、(小)共に**50円割引**

コスグリゾート阿蘇
ハイランドゴルフコース

ゴルフ場の温泉に男性**300円**、
女性**200円**で入浴できます。

阿蘇グランヴィリオホテル

ホテルの温泉にお1人さま通常**800円**の
ところ、**500円**でご入浴ができます。

NPO法人火の山スポーツクラブ 協賛企業一覧

協賛企業募集中！！

医療法人 眼科 古嶋医院・アゼリア21指定管理者株式会社東京アスレティッククラブ・成田建設・阿蘇クララファーム・伊藤左官工業・森永建設・(有)阿蘇プレス
瓦・森永設備・おひさま保険サービス阿蘇店・森永建築・山本建築・(有)インテリア木下・ダスキン熊本(森本康)・森水道工務店・熊本建材・佐藤歯科クリニック・
熊本県テコンドー協会会長樋口悦夫・阿蘇市テコンドー協会会長津田佳輝・美容室フロムピギン・(株)阿蘇の森 森繁博・(有)園田サッシ・株式会社スベック・株式会社
ワタナベ 渡邊萬平・(株)総合メンテナンスあそ 坂田祐介・旧車ファンクラブ・赤水国道 彦しゃん・スナック スマイル・(有)下村電気設備・長照寺 西田良活・
POPEYE・(有)アグリテック保久工・アソビーゴフットボールクラブ 吉野貴彦・あつまる阿蘇赤水ゴルフ倶楽部・社会福祉法人やまなみ会・岩村創山株式会社・市の
川村上商店・(有)梅井工務店 梅井俊夫・(有)梅井設計 梅井六男・有限会社 村本設備工業・島村建設 島村博・株式会社 島村組・阿蘇レミコン(株)・阿蘇プラザホ
テル・今村プランニング (順不同)

HSC
HINOYAMA SPORTS CLUB
KUMAMOTO ASO

NPO法人 火の山スポーツクラブ
事務局 〒869-2314熊本県阿蘇市小野田1414
TEL/FAX: 0967-32-1441
携帯: 090-8225-8057 (クラブマネジャー 松本)
ホームページアドレス <http://hsc.moo.jp>

facebookもご覧ください!!



『リフレッシュ ヨガ』の体験教室を行います！

11月から月2回の予定で『リフレッシュ ヨガ』の体験教室を開催します。初めての方でも参加できるように、ゆっくりとしたペースで進めていきます。体力に自信のない人や高齢者にもオススメです。心と身体のリフレッシュに是非ご参加ください。

参加希望の方は、同封の申込用紙にご記入の上、FAX (0967-32-1441) にて申込んでください。

【指導者】篠原和美氏

【資格】日本ママヨガ協会 ママとベビーのヨガTT修了
TOKYO YOGA YogaBody基礎トレーニング修了
JADP認定 ヨガインストラクター

【開催日】11月21日、28日
12月12日、26日 ※4回すべて土曜日

【時間】19時～20時

【会場】阿蘇市就業改善センター2階大会議室
(阿蘇市一の宮町宮地2318-1)

【対象】女性限定(中学生以上)

【準備物】ヨガマット(又はバスタオル)、飲料水、動きやすい服装、
上着又はブランケット(寒いとき身体の上にかけます)



ゴルフ教室から コンペのご案内

【期日】11/7(土)
【スタート】9時38分
【組数】15組
【会場】
くまもと阿蘇カントリー
クラブ湯の谷コース
(阿蘇郡南阿蘇村河陽
5992-2)

※料金は格安交渉中

※参加希望の方はゴルフ
教室指導者・森まで
(090-3661-8171)



二重峠トンネルウォーキング

9月27日(日)に阿蘇市主催の国道57号線北側
復旧ルート開通記念二重峠トンネルウォーキングが
開催され、HSC運営委員とウォーキング教室から20
名が参加者の誘導、整列やコース運営のスタッフと
して参加しました。

当日は絶好のウォーキング日和(快晴!)となり、
開通すれば歩くことはできないトンネル内を子ども
から大人まで約500名が各々、記念撮影等をしながら
思い思いに楽しく散策していました。



遊樂里通信

第51号
令和2年
10～12月分

