

Future

いが地域スポーツ情報誌

2019
Winter



vol.26

スポーツ文化の確立を目指して

風にならう

2018伊賀上野シティマラソン

忍者の里を

かけぬけよう!



2722名の
ランナーが参加

ご自由にお持ちください。

FREE
MAGAZINE

¥0

第14回伊賀市民スポーツフェスティバル



スポーツくらじ

toto

BIG

この情報誌は、スポーツ振興くじtotoの
助成を受けて作成しています。



ハーフマラソンからファミリージョギングまで

忍びの里 伊賀上野シティマラソン

風になって忍者の里を駆けぬけよう!!



伊賀の冬の風物詩となります
『忍びの里伊賀上野シティマラソン』が11月25日(日)に開催されました。

29回目となる大会は、ハーフマラソンの部、10kmの部、5kmの部、3kmの部に2257名、ファミリージョギングの部457名の参加がありました。

コースは、上野城を眺望し、城下町と田園地帯を走るほぼ平坦な走りやすい設定とされています。

開会式後の準備体操では、忍者の動きを取り入れた健康体操である『忍にん体操』が行われました。

当日は、午前7時の気温が0.2℃と肌寒い朝でしたが、スタート地点のハイトピア伊賀前には多くのランナーが集まり熱気で溢れていました。午前10時の5kmの部、3kmの部のスタートから順次スタートされました。また沿道には、多くのボランティアスタッフや応援の皆さんが集まり、ランナーを激励されていました。

忍者の町での大会ということから、忍者衣装で参加されておられる方が多く見受けられ、城下町の街並みを見ながら楽しく参加されているのが印象的でした。

伊賀市内で毎年開催されるスポーツイベントとしては最大級の大会で全国各地から多くのランナーが伊賀に来られ、歴史ある上野城や忍者屋敷を訪れられ、スポーツを通じた観光客誘致のモデルのような大会として来年度以降も益々盛大に開催されることを望みます。



大会結果

ハーフマラソン(男子の部)で中田剛司さん(亀山市)が3連覇達成

ハーフ男子29歳以下 1 中田 剛司 亀山市 1:09:55 <small>ハーフ男子総合1位</small> 2 松原 英紀 天理市 1:17:37 3 杉浦 環太 名古屋市 1:22:48	10km男子30歳代 1 竹ノ内祐一 生駒市 0:35:40 <small>10km男子総合1位</small> 2 山崎 貴洋 大府市 0:38:44 3 尾崎 広樹 鳥羽市 0:39:08	5km女子40歳代 1 三浦 直美 鈴鹿市 0:19:49 <small>5km女子総合2位</small> 2 倉本 知美 鈴鹿市 0:19:59 <small>5km女子総合3位</small> 3 諸岡百合子 菰野町 0:22:37
ハーフ女子29歳以下 1 中村 陽子 川西市 1:33:43 <small>ハーフ女子総合2位</small> 2 加藤 まい 四日市市 1:44:37 3 山崎 芽以 菰野町 1:49:18	10km女子30歳代 1 世古 理恵 津市 0:42:00 <small>10km女子総合1位</small> 2 堤 幸子 鈴鹿市 0:47:42 3 小川千江美 伊賀市 0:48:27	5km男子50歳以上 1 南藤 宏和 奈良市 0:18:30 2 上川 芳弘 津市 0:18:49 3 宮本 幸至 広陵町 0:18:54
ハーフ男子30歳代 1 河合 祐介 鈴鹿市 1:14:29 <small>ハーフ男子総合2位</small> 2 村上 裕紀 菰野町 1:17:47 3 山本 健文 伊賀市 1:19:32	10km男子40歳代 1 平野 伸幸 朝日町 0:35:56 <small>10km男子総合3位</small> 2 西川 誠 生駒市 0:36:15 3 奥坊 恵典 山添村 0:37:02	5km女子50歳以上 1 小倉 紀美 名古屋市 0:21:41 2 辻川 美和 名張市 0:22:29 3 東 二三子 みよし市 0:22:54
ハーフ女子30歳代 1 小田 恵梨 大府市 1:19:43 <small>ハーフ女子総合1位</small> 2 中川 慧美 長岡京市 1:46:48 3 三嶋 優子 精華町 1:53:13	10km女子40歳代 1 原田 晴美 野洲市 0:43:04 <small>10km女子総合2位</small> 2 渡辺 昌子 鈴鹿市 0:44:17 <small>10km女子総合3位</small> 3 増地 昌子 伊賀市 0:46:44	3km男子中学生 1 雨澤 優太 四日市市 0:09:39 2 辻 一帆 菰野町 0:09:56 3 本巢 凌久 四日市市 0:10:05
ハーフ男子40歳代 1 森 正 伊勢市 1:15:55 <small>ハーフ男子総合3位</small> 2 本田 真理 伊賀市 1:16:48 3 藤澤 孝司 鈴鹿市 1:20:59	10km男子50歳以上 1 中平 久永 田辺市 0:38:46 2 鈴木 義也 鈴鹿市 0:38:59 3 竹内 宏 松阪市 0:39:20	3km女子中学生 1 日下部 凜 伊賀市 0:12:09 2 花井 美音 伊賀市 0:12:22 3 増地 晴子 伊賀市 0:13:17
ハーフ女子40歳代 1 植条 広子 伊賀市 1:37:16 <small>ハーフ女子総合3位</small> 2 小澤 充代 川越町 1:43:50 3 藤原亜沙美 北名古屋市 1:47:01	10km女子50歳以上 1 岡 佳保里 木津川市 0:48:25 2 廣島たくみ 名張市 0:49:10 3 吉田 京子 鈴鹿市 0:51:44	3km男子小学4年生 1 中原 瀬那 交野市 0:11:22 2 藤岡 良丞 伊賀市 0:11:49 3 永井 湊 伊賀市 0:11:57
ハーフ男子50歳代 1 藤城 健 名古屋市 1:21:38 2 山口 正広 枚方市 1:23:58 3 杉澤 康之 伊賀市 1:24:42	5km男子29歳以下 1 末次 貴弘 鈴鹿市 0:17:04 <small>5km男子総合2位</small> 2 中久保遥星 山添村 0:17:27 <small>5km男子総合3位</small> 3 小林 巧 津市 0:17:31	3km女子小学4年生 1 長谷川莉都 松阪市 0:12:17 2 長谷川結都 松阪市 0:12:23 3 鈴木 光莉 鈴鹿市 0:12:49
ハーフ女子50歳以上 1 五百田富士子 名古屋市 1:37:33 2 堀川 格子 河内長野市 1:37:58 3 木村 桂子 菰野町 1:42:26	5km女子29歳以下 1 三好 麻里 伊賀市 0:22:33 2 岡崎こころ 伊賀市 0:22:35 3 関根 実佳 伊賀市 0:24:13	3km男子小学5年生 1 川勝 仁睦 交野市 0:11:03 2 松浦 圭 亀山市 0:11:19 3 島村 湊星 伊賀市 0:11:22
ハーフ男子60歳以上 1 柏原 敏郎 鈴鹿市 1:30:14 2 蛭原 和弘 東吉野村 1:32:28 3 前田 稔 菰野町 1:35:10	5km男子30歳代 1 林 佑二 各務原市 0:17:36 2 岩岡 徹 四日市市 0:17:51 3 下島 千明 川崎市 0:17:55	3km女子小学5年生 1 市川心々音 西尾市 0:11:39 2 木内 咲桜 鈴鹿市 0:12:33 3 白武 葉月 伊賀市 0:12:51
10km男子29歳以下 1 寺畑 泰弘 山添村 0:35:55 <small>10km男子総合2位</small> 2 東 翔太 四日市市 0:36:09 3 石橋 滉達 伊賀市 0:36:29	5km女子30歳代 1 佐野 亜弓 鈴鹿市 0:19:27 <small>5km女子総合1位</small> 2 山本 陽子 津市 0:21:19 3 芝 みどり 伊賀市 0:24:27	3km男子小学6年生 1 稲玉 偉太 四日市市 0:10:17 2 木内 桜澄 鈴鹿市 0:10:26 3 内山 椋太 四日市市 0:10:39
10km女子29歳以下 1 角見 結美 四日市市 0:45:12 2 伊藤明日香 鈴鹿市 0:45:56 3 三橋 舞子 朝日町 0:47:21	5km男子40歳代 1 竹中 泰知 伊賀市 0:16:35 <small>5km男子総合1位</small> 2 倉本 俊英 鈴鹿市 0:18:18 3 竹内 康人 度会町 0:19:13	3km女子小学6年生 1 林 里音 亀山市 0:11:50 2 白井 ゆな 宇治市 0:12:08 3 山門 咲華 松阪市 0:12:27



第14回伊賀市民 スポーツフェスティバル

今年で14回目となります伊賀市民スポーツフェスティバルが、11月11日(日)伊賀市内10会場で開催されました。

このフェスティバルは、市民が堂に会し、スポーツフェスティバルに参加することにより、スポーツに親しみや関心を持つとともに、参加者相互の親睦を深め、健康的な市民生活の育成を目的に、伊賀市・伊賀市体育協会・伊賀市スポーツ推進委員協議会等で構成される伊賀市民スポーツフェスティバル実行委員会の主催で開催されています。

今年のフェスティバルは、卓球・バレーボール・ソフトボール・ゲートボール・グラウンドゴルフ・ターゲットボードゴルフ・カローリングの7種目の競技種目と、ノルディックウォーキング(ウォーキング)とポッチャオープン参加種目の9種目で開催されました。『伊賀市生涯スポーツ都市宣言』を受け、1728名の市民が参加され、盛大に開催されました。競技種目については、参加チーム数によりブロック制や年代別、男女別の個人戦等で開催され、市内の53地区の地区対抗戦は、団結した各地区の姿が印象的でした。

また、今年初めての開催となりました「ポッチャ」は、パラリンピックの正式種目で、障がい者スポーツとして考案されたスポーツですが、近年多くの方に親しまれているスポーツです。



注文住宅 新築(ソーラーサーキットの家) リフォーム・古民家再生



あさだ建築
asadakenchiku.com

伊賀市比土2784

TEL:0595-37-0191

facebook 更新中!

あさだ建築 検索

大矢歯科医院

伊賀市緑ヶ丘本町 4175 ☎0595-23-4184



**ミニストップ
上野長田店**

お弁当注文 承ります

伊賀市長田896-1
☎0595-24-8410



まごころ
**あなたの真心
運びます。**

地域密着型の物流会社

株式会社 **金沢物流サービス**

本社 三重県伊賀市荒木1184-1
☎0595-24-4078

関東営業所 茨城県築西市寺上野1177
☎0296-52-4680

**観光バス・貸切バスの手配は
みやま観光にお任せ下さい!**

少人数から団体様まで、
各種送迎からエレガントな旅を演出する
バスを取り揃えております。

12人乗り小型バス 28人乗りマイクロバス

中型サロンのバス 大型送迎バス 大型観光バス

まずはお気軽にお電話下さい。

伊賀市長田3480-3

(株)ミヤマトータルイノベーション ☎0595-22-2781



卵のプロが
作りました。



有限会社 **伊勢農場**

伊賀市諏訪字千谷2600

☎0595-26-1666[代]

大会結果

卓球

団体 Aブロック	優勝	車坂町
	2位	府中
	3位	桐ヶ丘 諏訪

団体 Bブロック	優勝	中瀬
	2位	依那古
	3位	花垣 <small>赤坂町・玄蕃町・北平野・城北・服部団地</small>

個人男子の部	60歳以上	優勝	澤井 昭男(友生)
		2位	大家 一夫(桐ヶ丘)
	40~59歳	優勝	澤井 秀夫(友生)
		2位	西尾 博樹(上津)
	39歳以下	優勝	谷口 雅俊(ゆめが丘)
		2位	古賀 朝博(上津)

個人女子の部	優勝	畑山ひろみ(中瀬)
	2位	東本美代子(中瀬)

ミックスダブルス	優勝	岡本普宇・中垣千春(中瀬)
	2位	寺南典久・貴子(長田)

バレーボール

Aブロック	優勝	友生
	2位	<small>赤坂町・玄蕃町・北平野・城北・服部団地</small>
	3位	小田 中瀬

Bブロック	優勝	新居
	2位	長田
	3位	依那古 花垣

ソフトボール

Aブロック	優勝	長田
	2位	府中
	3位	久米 <small>緑ヶ丘東町・緑ヶ丘中町</small>

Bブロック	優勝	花垣
	2位	神戸
	3位	桐ヶ丘 緑ヶ丘南町

ゲートボール

Aブロック	優勝	比自岐
	2位	桑町
	3位	猪田

Bブロック	優勝	<small>緑ヶ丘本町・緑ヶ丘西町</small>
	2位	鞆田
	3位	西柘植

ターゲット・バードゴルフ

団体	優勝	島ヶ原
	2位	友生
	3位	中瀬

個人男子の部	優勝	山口 恵治 <small>(緑ヶ丘中町・緑ヶ丘東町)</small>
	2位	川野 茂樹 <small>(緑ヶ丘東町)</small>
	3位	高橋 研一 <small>(緑ヶ丘南町)</small>

個人女子の部	優勝	富岡 憲子(友生)
	2位	岡上真由美(神戸)

グラウンド・ゴルフ

男子 Aブロック	優勝	中瀬
	2位	西柘植
	3位	島ヶ原

男子 Bブロック	優勝	依那古
	2位	新居
	3位	三田

女子 Aブロック	優勝	小田
	2位	猪田
	3位	山田

女子 Bブロック	優勝	府中
	2位	依那古
	3位	新居

カローリング

優勝	神戸A
2位	友生B
3位	神戸B

季節の素材を生かし、美味しさと真心をこめてお届けします。

幕の内・折詰・弁当 配達区域：伊賀市内 ●弁当 400円より

鮮魚・仕出し・総合食品

(有)八百八フード

*ご予算に応じて
ご注文承ります。

伊賀市東高倉2130-14

☎0120-375-808

客恋慕

〒518-0842 伊賀市上野桑町1478-3
☎0595-24-0623

創業天保3年
伊賀焼窯元 長谷園

igá-mono

長谷製陶株式会社

〈本社〉
〒518-1325 三重県伊賀市丸柱569
tel 0595-44-1511

〈東京店〉
〒150-0013 東京都渋谷区恵比寿1-22-27
tel 03-3440-7071

www.igamono.co.jp

人材派遣・アウトソーシング

株式会社 excel

〒519-1412 伊賀市下柘植704番地の1
☎0595-45-7666・FAX0595-45-7676

有限会社 ヘルパーステーションIGA

〒519-1412 伊賀市下柘植704番地の1
☎0595-45-3137・FAX0595-45-2624

GOLF STAGE

FRIO

ゴルフステージ
フリオ

上野店
伊賀市服部町1886
☎0595-26-1111
フロント営業時間/9:00~22:00
営業時間/早朝5:00~深夜1:00
年中無休

名張店
伊賀市安場1459-8
☎0595-39-1122
フロント営業時間/10:00~21:00
営業時間/早朝5:00~深夜24:00
年中無休

『ノルディックウォーキングで城下町を散策』



伊賀市では、「観光立市」を目指し、地域全体で観光客を受け入れる体制づくりのため、9月22日(土)から11月25日(日)にかけて、着地型観光の考えを取り入れた「伊賀ぶらり体験博覧会 いがぶら2018」が開催されました。

5回目となる今年は、これまでのプログラムや新しいプログラムなど

126のおもてなし観光体験プログラムがあり、市内に暮らす方にもより深い「伊賀」を知っていただき、また、市外から訪れる方にとっては、伊賀のたくさんの方の魅力を知っていただけるものでした。



体験メニューのテーマ

- *いがぶらり～街歩き・自然を満喫～
- *歴史と文化・伝統工芸をたずねる
- *伊賀びとの技
- *伊賀の食と出会う
- *美容と健康を伊賀で体験
- *伊賀といえば忍者と芭蕉さん



総合型地域スポーツクラブとして活動する伊賀フューチャーズクラブは、今年もいがぶら2018 いがぶらり～街歩き・自然を満喫～『ノルディックウォーキングで城下町を散策』というプログラムで参画させていただきました。内容は、上野公園にてノルディックウォーキングのレクチャーを行ない、城下町をウォーキング(約3km)し宮崎屋さんの「たまり醤油アイス」を食べさせていただくというもので、期間中に3回実施しました。

今年も予定定員を上回る参加者があり、実際に参加いただいた方からは高評価をいただきました。来年度以降もスポーツと文化・歴史をミックスアップさせたプログラムで是非参画したいと考えています。

安全に対する責任感を持ち
安全輸送に努めます。

安心 Relief 安全 Security 丁寧 Polite

私たちがユウケイ物流では輸送車を定期的に入れ替え、徹底した整備をおこなっており、より安全な輸送を目指しております。

有限会社ユウケイ物流

〒518-0002
三重県伊賀市千歳1408番7
☎0595-23-8861
FAX.0595-23-8865

忍びの国伊賀の隠れ情報満載! 掲載店舗様募集中!

伊賀ポータル プレゼントも
伊賀の名店・名産をご紹介 をご用意しています!
季節の特集実施中! 詳しくはWebで...
<http://www.igaportal.co.jp>

家電品全メーカー 修理・販売・工事

■エアコン取付け
■取外し工事
■アンテナ工事
■電気工事
■ガス(プロパン)工事
■ガス販売・住宅設備

家電ドクター
おくのラジオ

伊賀市千歳113-7
TEL・FAX:0595-23-3146

ドコモショップ
伊賀店

携帯のことなら
なんでもおまかせ!

伊賀市服部町1825-4
フリーダイヤル0120-630-059
☎0595-23-6300

まかせて下さい、あなたの愛車!

AUTO GARAGE
car shop iga
0595242262

Mercedes-Benz TOYOTA
BMW NISSAN
Volkswagen HONDA
VOLVO SUZUKI
DAIHATSU

832-1 SAIMYOJI UENO MIE JAPAN
TEL.0595-24-2262
FAX.0595-24-0747

少量でも買い取ります

古紙全般・布・アルミ缶・ペットボトル

摂津商事株式会社 伊賀市上野万町 2342
伊賀市治田 3547-7
☎0595-20-1011

第16回 CLIONE LA BAMBINO 交流大会開催

11月23日、島ヶ原小中学校グラウンドにて、第16回CLIONE LA BAMBINO交流大会を開催しました。

U11・U8の2カテゴリーに5チーム、約60名の選手に参加いただき、参加者全員がプレー出来るローカルルールを設定し、練習の成果を試す機会、成長度合いをはかる機会、選手同士の交流を図る機会を目的に開催しました。

今年は天候にも恵まれ、それぞれのカテゴリーにおいて選手たちは日ごろの練習の成果を発揮する場面であることを意識し、一生懸命にボールを追いかけていました。

なかなか試合の機会に恵まれないスクール選手たちが、試合を楽しみ良い交流をおこなうことが出来ました。



U13 IFCカップ開催



11月3日、4日の2日間、県内外のチームに参加いただきU13 IFCカップを開催しました。

この大会はスポーツ振興くじ助成事業として、サッカーを通じた中学生の健全育成、U13年代の育成及び日頃のトレーニング

の成果確認、県内外の選手及び指導者の親睦・交流を目的に13チームの参加で、1日目4ブロックでの予選リーグ、2日目順位トーナメント方式で開催しました。

今年は、県外6府県から8チーム、県内5チームに参加いただき、3会場で熱戦が展開され、指導者・選手の交流も出来ました。参加されたチームの益々のご活躍を期待します。

大会結果

優勝：愛知FC
2位：宇治FC
3位：IFC VIENTO



白鳳オータムカップミニサッカー大会開催 IFTCカップジュニアテニス大会

11月3日上野西小学校グラウンドにて、オータムカップ(U9ミニサッカー大会)を開催しました。

この大会は、伊賀地域で活動するチームの小学校3年生以下19チーム約200名の選手に参加いただき、各チームの交流と技術向上を目的にスポーツ振興くじ助成事業として開催しました。

グラウンドにコート4面を設置し試合時間を7分ハーフとし、U9の部、U8の部の2カテゴリーで、選手がたくさんゲームが出来るようにさせていただきました。各チームとも保護者の応援を受け熱戦が繰り広げられました。



11月17日(土)伊賀市営テニスコートにて伊賀市内の小学生を対象にジュニアテニス大会を開催しました。

テニス初心者でも参加可能とし、トーナメントクラス、5、6年生クラス、3、4年生クラスの3カテゴリーで大会を開催し、初めて試合をする子も楽しくプレーされていました。

保護者の方もたくさん応援に来られ、大会を盛り上げていただきました。

2月には、第2回目の大会を計画しています。是非参加いただけますようお願いいたします。

日本フィジカルナチュール協会

みや整体院

一般整体・スポーツ整体・骨盤矯正
産後骨盤矯正・O脚X脚美容矯正
リラクスマッサージ・ダイエット etc.

予約制

0595-24-3805

受付時間 8:00~13:00
15:00~20:00
(最終施術21:00まで)

伊賀市久米町77-1
大京塗料ビル2階

ホームページ [みや整体院](#)

— 夢をかたちに 技術を社会に —



YASUKAWA

株式会社 ヤスカワ

三重県伊賀市柘植町638番地

TEL:0595-45-3732 FAX:0505-45-3814

東海ブロッククラブネットワークアクション2018参加報告

NPO法人伊賀フューチャーズクラブ 理事長 清水栄嗣

12月1日、2日の2日間、岐阜県長良川スポーツプラザにて「これからのクラブ—継続と発展—を視点に集い学ぼう」をテーマに東海クラブネットワークアクション2018が開催されました。

このネットワークアクションは、公益財団法人日本スポーツ協会の主催で、東海地域で活動する総合型地域スポーツクラブ及び県、市町関係者約120名が参加して、障がい者スポーツとの関わりや特色ある活動をしているクラブの事例、ステークホルダーとの関係の築き方等の講演や発表がされました。

総合型地域スポーツクラブ育成プランでも掲げられています。スポーツを核とした豊かな地域コミュニティの創造に寄与できる組織となるべく、取組んでいく必要性を再確認させていただきました。

私共のクラブを含め、多くのクラブの抱える課題は、施設の問題、資金の問題、人(指導者)不足の問題が殆どであります。クラブ内で解決出来ない課題を今後どう解決するか?を他地域で活動されているクラブの事例等を参考にさせていただきよい機会となりました。

今後共、皆様のご協力宜しくお願い申し上げます。



『Future』を設置協力いただける店舗などを募集しています。

身近な地域のスポーツ情報を出来るだけ多くの方に見ていただけるよう、ご協力をお願いします。当法人まで連絡いただければ、担当がお持ちさせていただきます。

30年度賛助会員・特別会員募集

伊賀フューチャーズクラブでは、30年度会員募集を行なっています。スポーツ(クラブ)を支えていただける個人・団体様でご希望がございましたら、事務局までご連絡をお願いします。

- 賛助会員** クラブの事業を賛助いただく個人 **年会費 3,000円**
- 特別会員** クラブの事業を賛助いただく企業・団体 **年会費 10,000円**

*特別会員様は、スポーツ情報誌『Future』で紹介させていただきます。

お見舞・お慶び・ご贈答用・御供に



フルーツはいかががでしょうか?

食料品の店 **甲野屋**

伊賀市上野銀座2丁目 ☎0595-21-0438
定休日 木曜日

串あげ
papa & mama
伊賀市川合東山181-6
☎0595-43-2550

一般印刷

豊浜印刷

〒518-0226 三重県伊賀市阿保 1380
TEL.0595-52-0062

Club Profile クラブプロフィール

名称	特定非営利活動法人 伊賀フューチャーズクラブ 事務所：三重県伊賀市上野東町2957番地 ナカムラビル3F TEL・FAX 0595-24-7501 ホームページアドレス http://www.igafuture.jp Eメールアドレス iga-fc@ict.ne.jp		
三重県承認番号	517	承認年月日	平成20年4月14日
理事長	清水 栄嗣		
会員数	684名 *特別会員28団体含む(平成30年10月31日現在)		
活動種目	サッカー、バレーボール、卓球、バスケットボール、新体操、テニス、陸上、ゴルフ、ノルディックウォーキング、フットサル		



健康スタジオ MITSUBA

Produce by matsuyama



健康スタジオMITSUBA(みつば)は皆様の生活の動きが楽になるようなストレッチ、女性用マシンを使った筋肉トレーニング、脂肪燃焼のための有酸素運動を約40分組み合わせて、楽しく健康づくりができる女性専用のスタジオです。

専門の女性トレーナーが楽しく、やさしくご指導させていただきますのでどなたでも安心してご利用いただけます。

「健康こそ財産、健康こそしあわせ、です！」

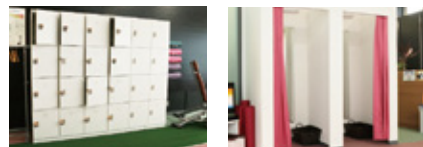
みなさまの幸せのお手伝いにぜひ当スタジオをご利用ください。



	月	火	水	木	金	土	日	祝
【午前】 9:30~13:00	○	○	○ チェア	○	○	○	/	○
【午後】 14:00~19:00	○	○	○ チェア	○	○	/	/	/

●持ち物 運動できる格好・タオル・上靴・飲み物

★ロッカー・更衣室完備!!



入会金
0円

月会費
¥6,480 (税込)

事務手数料
¥2,800 (税込)

おためし体験
¥500

特別キャンペーン!!

入会申し込みの方のみ

事務手数料
¥1,400 (税込)

半額

おためし体験
¥0

無料

通常入会月より1,900円もお得になります。
ぜひお友達お誘い合わせの上お越しください!

♥営業時間内であればいつでもお好きな時間にご利用いただけます。お買い物のついでや日々の日課にぜひ!

♥入会申し込みの際には銀行通帳または郵便局通帳、ご印鑑、ご本人確認できるもの、月会費、事務手数料をご用意カウンターまでお持ちください。

♥ご利用にはおためし体験の事前の予約が必要ですのでスタジオにお越しいただくか、お電話にてご予約ください。

健康スタジオ MITSUBA (ミツバ)

名張市木屋町1386-5スポーツマツヤマ内
(イオン名張店 南都銀行側出口向い)

TEL 0595-48-6262

<http://www.matsu-spo.net>



インストラクター募集

健康はスポーツから 幸せにエクササイズ

パート
アルバイト

スタジオでの
サーキットトレーニングの指導

女性専用健康スタジオMITSUBA(みつば)でストレッチ、マシンを使った筋肉トレーニング、脂肪燃焼のための有酸素運動の指導を行って頂きます。未経験の方も先輩トレーナーが丁寧に指導します。働きながら、自分も健康になれる仕事です。

●時給 **850円~1,000円**

●時間 【午前】 9:30~13:00
【午後】 14:00~19:00

●定休日 日曜日・祝日(午後)
※会社カレンダーによる

●募集人数 3名

★経験者優遇 ※試用期間あり

誰もが世界一になれるわけでもない
誰もが日本代表になれるわけでもない
それでも人はスポーツをする
昨日の自分に追い越されないために
明日の自分を追い越すために
スポーツに鍛えられた人生は
勝っても負けても きっと負けない
スポーツは、自分を超越するためにある。

スポーツくじ



スポーツくじ (toto・BIG) の収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。