

## レッツ入会のご案内

レッツは、東市民体育館を活動拠点とする総合型地域スポーツクラブです。

総合型地域スポーツクラブは、地域の子どもから高齢者まで『誰もが、いつでも、どこでも、いつまでも』スポーツを生涯楽しむことができるような環境をつくり、スポーツ活動を通して行える福祉活動及びスポーツ、文化の振興並びにスポーツの普及・育成に関する事業を行い、健康で活力のある地域社会に寄与する目的で活動しています。

レッツ会員になるとこんな活動に参加できます。

1. クラブが行うサークル活動に安価で参加できます。(サークル会費)
2. クラブが行うスポーツ教室・ふれあい事業に一般より安く参加できます。(受講料)  
体力や経験・技術・技能レベルに関係なく、お好きな種目に参加できます。
3. トレーニング室を終日利用できます。  
9時から21時30分まで、区分に関係なく利用できます。(無料)

トレーニング室を利用するにはトレーニング講習会(無料)を受講する必要があります。  
講習会は随時開催(12時～、19時～約1時間)していますので日程はお問合せください。

\* 中学生以下は使用できません。

4. クラブが主催するイベントに参加できます。  
子どもから高齢者まで、年齢に関係なく世代を超えた人々と共に、スポーツに親しむことができます。(一部有料)

## = 入会方法 =

レッツに入会し活動するには、入会申込書を提出し入会金、会費を納入しなければならない。

定款 6条・8条		
入会金 (会員登録時のみ)		
大人	1,000円	同時入会の家族は 1人500円
会費		
	月払	年一括払
正会員	1,500円	16,500円
準会員	500円	5,500円
一般会員	1,000円	11,000円
	半年払(4月～9月) 6,000円	
賛助会員	一口 10,000円	

- ・4月1日現在16歳未満の会員はいずれの場合も半額とする。
- ・年会費一括払いは4月から翌年3月まで
- ・会員カード作成のため顔写真を撮らせていただきます。
- ・会員が納入した入会金、会費及びその他の拠出金品は特段の理由がない限り、これを返還しない。(定款第11条)

### 🌸 寄附金のお礼とお願い 🌸

当クラブは、会員の年会費等で運営しています。  
認定NPO法人は、3,000円以上の寄附者が1年度で100人以上が必要です。寄附をしていただいた方には所得税や住民税の申告の際、税額控除等を受けることができます。一部申告が必要です。  
今年度も皆様のご協力をお願いいたします。

## 総合型地域スポーツクラブ

## 認定NPO法人

## 茨木東スポーツクラブ レッツ

## 3年度「1期」

(令和3年4月～9月)

## ご案内

皆様のご参加をお待ちしています



### 受付

午前9時から午後4時まで  
(火曜日・年末年始は休館のため  
受付していません)

- ★ レッツのホームページには活動の紹介などいろいろな情報を載せています

茨木東スポーツクラブ レッツ

### 認定特定非営利活動法人 茨木東スポーツクラブ レッツ

〒567-0833

茨木市学園町4番18号  
茨木市立東市民体育館

TEL 072-633-5701

FAX 072-633-5980

<https://retssc.com>

# 令和3年度1期スポーツ教室案内

教室名	活動曜日・時間	定員
<b>一般教室</b>		
ヨガ月曜	12:50～13:50	50人
ヨガ(受付終了)	14:00～15:00	25人
32式太極剣	14:00～15:15	40人
ボディシェイプ	17:30～18:30	50人
キックエクササイズ	20:00～20:40	30人
グラップリング	20:00～21:30	
ウェーブ ストレッチング水曜	9:30～10:15	30人
エアロビクス	10:30～11:30	50人
アロハフラ (経験者)	11:45～12:45	各50人
アロハフラ (初心者)	13:00～14:00	
バスケットボール 新規	19:30～21:00	15人(30人)
ピラティス ◆託児有	9:00～10:00	50人
太極拳 (24式) 受付終了	10:15～11:30	50人
やさしいピラティス	11:45～12:45	50人
太極拳 (24式+総合)	13:00～14:15	50人
ヨガ木曜	19:30～20:30	50人
骨盤ワークアウト(1) 新規 受付終了	9:00～10:00	25人
骨盤ワークアウト(2) 新規 受付終了	10:15～11:15	25人
バドミントン (初心者)※※	19:00～21:00	20人
サーキットエアロ	19:15～20:00	50人
ウェーブ ストレッチング金曜	20:10～21:10	50人
ヨガ(受付終了)	9:00～10:00	50人
○テニス (初心者)※※ 受付終了	14:30～15:45	15人(30人)
バレー	19:00～20:00	50人

期間:4月～9月(各コース全20回) 場所:東市民体育館

教室名	活動曜日・時間	対象(定員)
<b>シニア教室 (60歳以上)</b>		
ゆつぽん体操 (受付終了)	水	9:00～10:15 50人
もっとゆつぽんリズム体操		10:30～11:30 25人
<b>ジュニア教室</b>		
空手道	月	19:00～20:00 4歳～中学生(45人)
ヒップホップダンス (初級)	水	16:30～17:30 小学生(20人)
ミニバスケットボール		18:00～19:30 小学生(30人)
バスケットボール		19:30～21:00 中学生15人(30人)
卓球※	木	17:00～18:30 小学4年～中学生(22人)
バドミントン※	金	16:30～18:30 小学4年～中学生(33人)
ヒップホップダンス (上級)※		18:00～19:00 小学2年～中学生(25人)
トランポリン (初心者1) 受付終了	土	9:00～10:00 4歳～小学生(各20人)
トランポリン (初心者2) 受付終了		10:00～11:00
トランポリン (経験者) 受付終了		11:00～12:00 小学生(20人)
バドミントン (初心者)※ 新規 受付終了	土	9:30～11:30 小学1年～中学生(30人)
器械体操 (初級)		14:40～15:50 小学生(各25人)
器械体操 (中・上級)		15:50～17:10
○テニス (中学生)※※ 受付終了	土	14:30～15:45 中学生15人(30人)
○テニス (小学生)※※ 受付終了		15:45～17:00 小学3年～6年生(30人)
ヒップホップダンス (中級)		15:15～16:15 小学2年～中学生(30人)
バレー (受付終了)		16:30～18:00 4歳～小学生(20人)

○テニス開催場所:東雲運動広場庭球場

◆託児年齢:2歳～未就学児

## 1期教室 受講料

既納の受講料は特段の理由がない限り返還しない。(定款第11条)

種目	会員	会員外
テニス(初心者) ※※	4,500円	18,000円
バドミントン(初心者) ※※		
テニス(中学生) ※※	4,500円	18,000円
テニス(小学生) ※※		
ヒップホップ(上級) ※	4,000円	16,000円
卓球 ※		
バドミントン ※		
バドミントン(初心者) ※		
上記以外の教室	3,500円	14,000円



市民ふれあいスポーツ広場 8・10月を除く第2日曜 9:30～11:30  
 <無料開放> 受付時間 : 9:20 10:00 10:30

ふれあい事業 前期(4月～9月)・後期(10月～翌年3月)

教室名	活動曜日・時間	対象
①パッチワーク(12回)*	第1・3水曜 14:00～16:00	一般
②こども囲碁クラブ(15回)	土曜 13:30～15:00	5歳児～小学生
③こどもクッキング(6回) 受付終了	第3土曜 9:30～12:30	小学3年～6年生
④ヘルスケア(7回) 【新規】	木曜 9:30～10:45	18歳以上
⑤ニュースポーツ(6回)	第3土曜 10:45～11:45	一般

登録料(会員外) 1,000円 ⑤は無  
 受講料 前期 ①③3,000円 ⑤600円  
 ②④2,000円

\*要別途材料費

## サークル紹介

種目(サークル)名		活動曜日・時間	対象
ソフト バレーボール	RETS パワーズ	金 9:00～12:00	一般女子
	レッツ SVC	土 12:00～15:00	
バウンド テニス	たんぼぼ	月 13:00～15:00	一般
	スイーツ	木 9:00～12:00	
卓球	竹の子	月 15:45～17:15	(初心者)
	レインボー	水 14:30～16:00	
	スマイル	木 15:15～16:45	
少林寺拳法	東茨木スポーツクラブ	土 10:15～12:00	4歳以上
ニュースポーツ	オールマイティ	土 12:30～14:30	小学生～一般
テニス	レッツテニス	土 13:00～14:30	中学生～一般

◎ 各サークルの会費は別途定められています R3.4.15改訂