



今月のましこチャレンジクラブ

発行日 令和8年4月1日
発行者 ましこチャレンジクラブ
事務局 MCCクラブハウス
南運動公園/中央公民館
電話 0285(72)7985(南)
0285(81)3071(中)
FAX 0285(72)3632

4月のカレンダー&プログラムリスト

悪天候や講師都合、その他の諸事情により開催スケジュールを変更させていただく場合がございますので、予めご了承ください。

Calendar grid showing dates from 3/29 to 5/2 and activities for each day, categorized by day of the week (日, 月, 火, 水, 木, 金, 土).

日程等を変更しての開催 お休み又は別の日に変更 詳しくは裏面の「お知らせ」ましチャレを楽しむ皆さまへをご覧ください。

Table with 7 columns: 曜日 (Day), プログラム (Program), サイクル (Cycle), 時間 (Time), 会場 (Venue), 対象 (Target), 会員料金 (ピジター料金) (Member Fee (Pitester Fee)).

益子柔道会

一緒に心も体も強くなろう👊



柔よく剛を制す！ 柔の道で心身ともに鍛錬を！！

- 毎週金曜日・土曜日の週2回開催 (年間プログラム)
- pm.7:00~9:00 ⇒ 2時間ずつの稽古
- 会場はいずれも益子町総合体育館武道場
- 小学生以上、老若男女を問わずどなたでも！
- 料金は会員⇒1,000円/年 ビジター⇒200円/1回
- まずは見学から⇒ご自由にどうぞ！！



気合を入れて！！

新入部員大募集！！
女性や初心者も大歓迎👏

女性の方、
経験のない方、
一般(大人)の方
大歓迎！！



共に励みましょう！！

益子剣道クラブ

さあ今こそ君も、精神を研ぎ澄ませ！ 剣を取り立ち上がれ！！



- 毎週水曜日・金曜日の週2回開催 (年間プログラム)
- pm.7:00~9:00 ⇒ 2時間ずつの稽古
- 水曜日の稽古は、益子町総合体育館武道場
金曜日の稽古は、田野中学校武道館 でそれぞれ行います。
- 小学生以上、老若男女を問わずどなたでも！
- 料金は会員 ⇒ 1,000円/年 ビジター ⇒ 200円/1回
- こちらも、まずは見学から⇒ご自由にどうぞ！！

新年度会員 新規参加者 大募集

◆一般(高校生以上)	5,000円
◆シニア(65歳以上)	4,000円
◆ジュニア(中学生以下)	4,000円
◆ファミリー(3名以上)	10,000円
※保険料	
◆一般(高校生以上)	1,850円
◆シニア(65歳以上)	1,200円
◆ジュニア(中学生以下)	800円

運動不足の解消に！！
健康の維持、増進に！！
新たな出会いを探しに！！
是非、ご活用ください👍



見学は自由だよ！ 一度見に来て！！

※スポーツ保険の加入につきましては
ジュニア会員の方は全員ご加入いただきます。
それ以外の方は任意でご加入いただきます。

予告

5月の楽々ウォーキングの
ましこチャレンジクラブ👏わが町益子を歩こう会

元気ハツラツウォーキング👣

風薫る、新緑萌える皐月、1年を通して最も清々しい季節がもうすぐやってまいりますよ👏っていうか、もう5月?? 時の流れの速さを、本当にしみじみと感じる今日この頃... それはさておき、そんな最高の季節、さてどこを歩こうか?

- 5月10日(第2日曜日) am.9:00 集合・出発
- 改善センター 玄関前にお集まりください。
- 所要時間⇒約3時間 ■ コース距離⇒約7.7km(予定)
- 参加料は、会員⇒無料 ビジター(会員以外)⇒500円
- お飲み物や日焼け対策など、くれぐれもお忘れなく！！

お知らせ ましちゃを楽しむ皆さまへ

プログラムの日程等に一部変更がございますので、ましちゃを楽しむ皆さま、どうぞご注意ください。

- ナイターソフトテニス 4月から開催 ⇒ 12月からの冬休みを終えて、第1~第3水曜日の開催がスタート!! 今年度より水曜日の開催となりますので、どうぞご注意ください。
- グラウンドゴルフ(十も) 4月開催から ⇒ 8:30~11:30(3時間)の春夏時間の開催となります。
- 楽々ウォーキング 4月の開催は ⇒ 桜の開花(見ごろ)に合わせて、通常の日曜日の開催を1週早めて、第1日曜日(4月5日)に変更して開催させていただきます。
- ミニバスケットボール 4月7日(火) ⇒ 会場を益子町総合体育館アリーナに変更して開催させていただきます。
- わいわい子ども体操教室 4月の開催は ⇒ 毎月4回の開催となり、29日(第5水曜日)はお休みとなります。
- リフレッシュヨーガ 4月の開催は ⇒ 1日(第1水曜日)・8日(第2水曜日)・15日(第3水曜日)の開催
5月の開催は ⇒ 13日(第2水曜日)・20日(第3水曜日)・27日(第4水曜日)の開催(予定)