

<クラブ名>		<市町村名>	
NPO法人まほろばクラブ南国		南国市	
		<クラブ紹介>	
		<p>まほろばクラブ南国は、平成23年（2011年）12月9日に設立された、「多種目型」「多世代型」「自主運営型」の特徴をもつ総合型地域スポーツクラブです。</p> <p>様々な種目のスポーツや運動を楽しむことができ、子どもから高齢者まで、高知県内の誰もが参加できます。</p> <p>また、クラブは会員自らが運営することで、幅広く会員の皆様の意見を取り入れることができる、地域に密着したクラブです。</p> <div style="text-align: right;">  <p style="font-size: 8px;">まほろばクラブ南国 まほろばクラブ南国 まほろばクラブ南国</p> </div>	
<サークル・教室名>	<参加対象>	<活動場所>	<活動頻度>
ヨガ久礼田	大人	久礼田体育館	毎週 月 9:30~10:30
ZUMBA (GOLD)	年長~お年寄りまで	南国市立スポーツセンター	毎週 月 15:00~16:00
ファットバーニングエクササイズ	大人	三和防災コミュニティセンター	毎週 火 13:15~14:15
リフレッシュヨガ	大人	南国市立スポーツセンター	毎週 火 19:30~20:30
美ボディエクササイズ	大人	南国市立スポーツセンター	毎週 水 9:45~10:45
キッズフットサル	3~5歳	南国市立スポーツセンター	毎週 水 16:00~17:00
ZUMBA (NIGHT)	大人	南国市立スポーツセンター	毎週 水 20:00~21:00
健康づくりパート②	大人	南国市立スポーツセンター	毎週 木 10:00~11:00
南国バドミントン	小学生~大人	三和スポーツ交流センター	毎週 木 19:00~21:00
Sintex® Tone & Reborn	大人	南国市立スポーツセンター	毎週 金 14:30~15:30
みんな~でナイトピンポン	小学生~大人	南国市立スポーツセンター	毎週 金 19:30~21:00
大篠こども陸上	小学生	大篠小学校グラウンド	毎週 土 10:00~11:30
Wの刺激&ストレッチ	高校生以上	久礼田体育館	毎週 土 14:30~15:30
南国スイミング	小学生~中学生	ZEYOスイミング	毎週 水 16~20時、日 15~16時
なかよしラージボール	大人	南国市立スポーツセンター	毎週 月・水・金 9:30~12:00
上記以外、 33 教室・サークルが活動していますので、興味のある方は下記までお問い合わせください。			
<地域とのつながり>			
<p>南国市のスポーツのハブ拠点としての役割を担い、行政や地域の皆様の声に耳を傾け、活動に反映させています。</p> <p>また、当クラブの3つの理念として、①笑顔あふれる生涯スポーツ②感性豊かなこどもの体力づくり③健康づくり、仲間づくり、まちづくりを掲げ、高齢者が「幸齢者」となるよう健康寿命延伸に取り組むとともに、次世代を担う子どもたちが住み続けたいと思えるようなまちづくりに貢献できる総合型地域スポーツクラブを目指して頑張っています！</p>			
<活動に興味のある方はこちらまで！>			
事務局 田中 孝児		連絡先 088-865-8015	