

山形県  
鶴岡市

鶴岡第五中学校区 (大山・加茂・湯野浜・西郷) 総合型地域スポーツクラブ

NPO法人 たかだてスポーツクラブ

2026年度 会員募集中!



太極拳



ウォーキング (加茂地区町歩き)



ラージボール卓球



スローストレッチ



クラブ会員交流会・ポッチャ大会



たかだてキッズ・スポーツチャンバラ体験



各地へ出前教室 (ロコモ予防体操)



各地で体験イベントも (温海赤かぶ)



「中学生コース」クリニックも開催します

みんなの **健康** 地域の **元気** がここにある!

通年開催・スポーツメニューで  
「お試し無料体験」実施中 (詳しくは裏面で)



TAKADATE KIRIN FAMILY

【お問い合わせ】

NPO法人たかだてスポーツクラブ TEL 0235 (26) 0147

事務局・大山コミュニティセンター内 業務時間 月・水・金曜 14~17時

# たかだてスポーツクラブ 2026年度（令和8）入会案内

## ①クラブ会員登録

別紙の申込用紙に必要事項を記入し、クラブ年会費をお支払い願います（継続の方は申込時に会員証を持参下さい）

|   |                               |   |  |  |
|---|-------------------------------|---|--|--|
| <b>年会費</b><br>・4/1～翌3/31<br>・スポーツ傷害保険料込 | <b>一般会員</b> (大人1名)            | <b>3,000円</b>                                 | <b>家族会員</b> (家族2名)   | 3名以上1名につき+1,000円<br><b>4,000円</b>      |
|   | <b>企業団体</b>                   | ・無料券20回分サービス<br>・カレンダーに広告掲載<br><b>20,000円</b> | <b>競技団体</b>  | ・鶴五中学区体育施設の利用が優先されます<br><b>10,000円</b> |
|   | <b>中学生コース</b> (鶴岡第五中学校 部活動支援) |   | ・平日の時間外、休日の活動をサポートします<br>・詳細はコースの案内チラシをご覧ください<br><b>4,000円</b> |  |

## ②種目の「参加費」支払い

種目に参加するには「参加費」が必要となり、支払い方法は「1回」「種目別一括」「フリーパス」の3通りあります（ウォーキング種目等で、交通費や入場料がかかる場合があります、その都度別途ご負担願います）

断然  
お得

**年間フリーパス 26,000円**

全ての通年開催種目に参加できます

種目に参加 → シールを貯めて → 賞品ゲット！

**「参加ポイントカード」好評実施中！**

### 【スポーツメニュー・通年開催】

| 開催曜日 | 種目・教室名                       | 月開催数<br>(年間回数) | 開催時間        | 場 所               | 参加費 (円) |        |                  |
|------|------------------------------|----------------|-------------|-------------------|---------|--------|------------------|
|      |                              |                |             |                   | 1回      | 年一括    | フリー              |
| 月    | ピラティス (午前)                   | 月1回 (10)       | 10:00～11:00 | 大山コミセン研修室         | 1,000   | 8,000  | フリーパス<br>26,000円 |
|      | ピラティス (夜)                    | 月1回 (10)       | 19:30～20:30 | 大山コミセンホール         | 1,000   | 8,000  |                  |
|      | リフレッシュエアロビクス (大山)            | 月2回 (17)       | 19:30～20:30 | 大山コミセンホール         | 1,000   | 14,000 |                  |
| 火    | メロンコース・スローストレッチ              | 月1回 (10)       | 19:30～20:30 | 西郷農林活性化センター       | 1,000   | 8,000  |                  |
|      | 足裏健康体操                       | 月1回 (10)       | 9:30～10:30  | 湯野浜コミセン研修室        | 1,000   | 8,000  |                  |
| 水    | ハワイアンフラ                      | 月2回 (20)       | 10:00～11:00 | 大山コミセン研修室         | 1,000   | 16,000 |                  |
|      | ラージボール卓球                     | 毎 週 (48)       | 19:30～21:00 | 鶴五中体ギャラリー         | 500     | 12,000 |                  |
| 木    | ロコモ予防体操                      | 月4回 (38)       | 10:00～11:00 | 大山コミセンホール         | 500     | 12,000 |                  |
|      | 太極拳                          | 月2回 (20)       | 10:30～11:30 | JA鶴岡だだちゃアリーナ2階ホール | 1,000   | 16,000 |                  |
|      | スローストレッチ                     | 月2回 (17)       | 19:30～20:30 | 大山コミセン和室          | 1,000   | 14,000 |                  |
| 金    | <b>NEW</b> リフレッシュエアロビクス (加茂) | 月1回 (10)       | 19:30～20:30 | 加茂コミセンホール         | 1,000   | 8,000  |                  |
| 日    | ウォーキング                       | 月1回 (11)       | コースごと設定     | 地区内外各コース          | 700     | 7,000  |                  |

◎ほか【スポーツメニュー・短期開催】を開催検討中！（広報等でお知らせします）

## ③カレンダーなどでチェック

毎月1日付で「たかだてスポーツカレンダー」を発行し、鶴五中学区に回覧板しています。またクラブ事務局や4地区コミセン、各教室でも配布。参加したい種目の日程をチェックし、楽しく参加しよう！

**「お試し無料体験」実施中です！** 通年開催のクラブメニューで「お試し無料体験」を受付しています。参加して、身体を動かして、クラブを体感してみよう！  
 ※参加したい種目、開催日など決まりましたら事前にクラブ事務局にお申し込み下さい。

## 3月中入会申込された方「TSCオリジナルタオル」プレゼント！（先着100名）

### ● 申込、お問い合わせは

鶴岡市鶴岡第五中学校区 NPO 法人 **たかだてスポーツクラブ**  
 総合型地域スポーツクラブ

◎クラブ事務局（事務業務時間 月・水・金曜日 14時～17時）  
 〒997-1123 山形県鶴岡市友江町23-71 大山コミュニティセンター内  
 TEL 0235(26)0147 FAX 0235(26)8366 ✉ npotsc02@outlook.jp

各種申込や問い合わせは、お近くのコミュニティセンターでも受付しております。お気軽にどうぞ！  
**加茂 33-3023 湯野浜 75-2300**  
**大山 33-3214 西郷 76-2301**