流山アストロズ通信 No.314　2021年11月

NPO法人　流山アストロズ卓球クラブ
◆ 所在地 〒270-0143
千葉県流山市向小金3－145-2
◆ Tel　0471-73-5573　Mail　natc@nifty.com

Blog　Web

Ⅰ練習日程

(1)練習日(シニア)　(ジュニアは裏面)

	日程	時間	場所
☆	11/4 (木)	PM 6 ～ 9	ゆう豊四季
	6 (土)	PM 4 ～ 7	コミュニティプラザ
	9 (火)	PM 6 ～ 9	コミュニティプラザ
☆	11 (木)	PM 6 ～ 9	ゆう豊四季
	13 (土)	PM 4 ～ 7	コミュニティプラザ
	16 (火)	PM 6 ～ 9	コミュニティプラザ
	18 (木)	PM 6 ～ 9	コミュニティプラザ
	20 (土)	PM 4 ～ 7	コミュニティプラザ
☆	23 (火・祝)	PM 1 ～ 4	ゆう豊四季
☆	25 (木)	PM 6 ～ 9	ゆう豊四季
	27 (土)	PM 4 ～ 7	コミュニティプラザ

☆　ゆう豊四季の定員は10名までです。

(2)ラージボール練習会(対象:シニア会員)

※	7 (日)	AM 8:30-10:30-12:30	ゆう豊四季
	14 (日)	AM 10 ～ 12	南流山福祉会館
	21 (日)	AM 9 ～ 12	生涯学習センター
※	23 (火・祝)	AM 8:30-10:30-12:30	ゆう豊四季

※7と23はクラブ会員のみ、二部制です

Ⅱ　普及・交流活動

(1)市民卓球練習会(ナガタク)

11/6 (土) 常盤松中　PM4～6

(2)児童館／中学校

11/20(土)十太夫　27(土)野々下

Ⅲ　大会・合同練習情報

予定:10/23(土)アストロズカップ団体戦　チャンピオンチーム
11/29-30全日本カデット(豊田市)石塚雄人、林明良
11/30(火)ラージ近隣親善大会
12/4-5　東京選手権千葉県予選
12/21(火)シニア交流団体戦(概ね50歳以上)

結果:全日本ジュニア千葉県予選　山田瑞稀代表　　全日本マスターズ　大塚,竹之内,大越,森下正　(結果はブログで)

Ⅳお知らせ

☆ シニア会員のゆう豊四季での練習は「調整さん」に参加予定(希望)を入れてください。「調整さん」を使わない方は、直接お知らせください。

● 卓球をプレーする人に向けてのストレッチ講座(ブログ)コンディショニング&トレーニングにお役立てください。

★ゆう豊四季をご利用ください★

Ⅰ 卓球教室　少人数制

① 平日教室
火～木曜日の午前　　金曜日の午前と午後

② 夜間教室
月曜日の午後7時～9時

Ⅱ 平日昼間の自主練習 (シニア会員対象)
①水曜日(第1・3)の午後1:45～3:45

Ⅲ 土・日・祝の自主練習 (シニア・ジュニア会員対象)
ジュニアは保護者またはコーチと一緒に

Ⅳ 個人レッスン　(シニア、ジュニア会員対象)

以上　詳しくは、お問い合わせください。

卓球用品の購入・相談(割引きあり)

★　ユニフォーム、短パン、ラケット・ラバー、シューズなど卓球用品全般のご注文・ご相談、お気軽にどうぞ

・ウォームアップスーツ上下を受け付け中です。
クラブオリジナルジャージです。5着から発注しますのでお誘い合わの上、この機会にぜひお揃えください。

【会費の振込みをご利用ください 】
振込み先　ゆうちょ銀行
口座名　特定非営利活動法人　流山アストロズ卓球クラブ
(ゆうちょ銀行から) 記号10520　番号77836311
(銀行から) 店番058　普通預金　口座番号7783631

11月 ジュニア練習日

火	水	木	金	土	日
選手コース 【強化】	レギュラー・選手コース	レギュラー・選手コース	レギュラー・選手コース	レギュラー・選手コース	選手コース 【強化】
2	3	4	5	6	7
18:00～21:00 小中学生	17:00～18:30 小学生 18:30～20:00 中学生	18:00～21:00 小中学生	17:00～18:30 小学生 18:30～20:00 中学生	9:00～12:00 選手A 13:00～16:00 選手B 16:00～18:00 レギュラー	
☆ コミュニティプラザ(西面)	ゆう豊四季	☆ コミュニティプラザ(西面)	ゆう豊四季	ゆう豊四季	
9	10	11	12	13	14
18:00～21:00 小中学生	17:00～18:30 小学生 18:30～20:00 中学生	18:00～21:00 小中学生	17:00～18:30 小学生 18:30～20:00 中学生	9:00～12:00 選手A 13:00～16:00 選手B 16:00～18:00 レギュラー	
☆ コミュニティプラザ(全面)	ゆう豊四季	☆ コミュニティプラザ(西面)	ゆう豊四季	ゆう豊四季	
16	17	18	19	20	21
18:00～21:00 小中学生	17:00～18:30 小学生 18:30～20:00 中学生	18:00～21:00 小中学生	17:00～18:30 小学生 18:30～20:00 中学生	**13:00～16:00 選手A・B** 16:00～18:00 レギュラー	9:00～12:00 選手A 13:00～16:00 選手B
☆ コミュニティプラザ(全面)	ゆう豊四季	☆ コミュニティプラザ(全面)	ゆう豊四季	ゆう豊四季	ゆう豊四季
23	24	25	26	27	28
18:00～21:00 小中学生	17:00～18:30 小学生 18:30～20:00 中学生	18:00～21:00 小中学生	17:00～18:30 小学生 18:30～20:00 中学生	9:00～12:00 選手A 13:00～16:00 選手B 16:00～18:00 レギュラー	9:00～12:00 選手A 13:00～16:00 選手B
☆ コミュニティプラザ(西面)	ゆう豊四季	☆ コミュニティプラザ(西面)	ゆう豊四季	ゆう豊四季	ゆう豊四季
30					31
18:00～19:30 選手A 19:30～21:00 選手B					
ゆう豊四季					

★☆ スポーツ施設の利用時間が変更された場合、練習予定を変更する場合があります。その場合は、メールで連絡します。

★☆ 木曜日のコミュニティプラザと流山体育館は、他の曜日の人も参加できます。(1回700円)