

社員の方にご覧いただけるよう掲示・回覧いただきますようお願い致します。

回
覧
印

コムス倶楽部通信

VOL243
2015/9月号

マラソンにチャレンジ ★ KOMS RUNNING CLINIC

「マラソンを始めてみたい」「トレーニング方法が知りたい」「正しいフォームって？」
指導歴の豊富な講師によるマラソンクリニックを開催します。

正しい走り方を知って、無理なく走れるカラダづくりを始めてみましょう！

興味のある方は、下記にて詳細をご確認の上、お早めにお申込み下さい。

詳細案内は >> http://www.fashion-kyoto.or.jp/event/koms_running_clinic.html

開催日：初 級> 平成27年9月27日(日) 9:00~12:00

*マラソンが初めての方・初心者の方が対象。

シューズの選び方やフォームについてのレクチャー、約4キロのランニング等

中上級> 平成27年10月11日(日) 9:00~12:00

*60分以上走ったことのある方が対象。

フォーム、トレーニングについてのレクチャー、フォーム改善のドリル等

参加料：1回料金/消費税・保険料を含みます

プレミアム会員 500円 一般会員 1,000円

申込期限：平成27年9月4日(金)

講師：亀谷 里紗さん

ウェルネスクラブオーク21 ジム・スタジオインストラクター
日本ライフタイム協会 ジョギングインストラクター

クリニックを受講した後は、マラソンに挑戦しましょう！
クリニック参加者を対象に、「京丹波ロードレース」(11月3日
開催) ハーフマラソンの部の特別斡旋もありますよ！



ゆかた de サッカーを楽しみました ★ 京都サンガF.C.

去る8月15日に『ゆかた de サッカー』を実施し、会員約100名
がゆかた姿で京都サンガF.C.を応援・観戦しました。

試合は後半31分に大黒選手が見事なヘディングゴールを決め、大分
トリニータに逆転勝利！楽しく嬉しい試合観戦となりました。

今後もサンガF.C.の応援は、ぜひ会場で！



ホームゲームの応援にはコムス倶楽部会員証を！
当日券販売窓口で会員証を提示すれば、当日券が
優待料金で購入できます♪



お出かけ情報 ★ 秘仏「弘法大師尊像」特別公開

厄除け観音としてその名が知られる立木観音で、開山1200年を記念し、歴史上初めて秘仏『弘法大師尊像』が特別公開されます。ぜひこの機会に、標高270m・約800段の石段を登って、強力な厄除開運パワーが満ち溢れる立木観音へお参りください。

公開期間：平成27年9月1日（火）～11月1日（日）

場 所：立木観音（大津市石山南郷町奥山1231）

拝観時間：平日 9:00～16:30、土曜 8:30～16:30、日曜祝日 8:00～16:30

拝 観 料：境内参拝・拝観自由

★ 窓口取扱いチケットのご案内 ★

ご利用の際は、コムス倶楽部窓口で『会員証』をご提示の上、お買い求め下さい。

☆ 映画鑑賞券 1枚 1,200円

*TOHOシネマズ（二条、くずはモール他） *T・ジョイ京都（伊弉諾モルKYOTO内）

☆ ガソリンチケット（1冊券100枚綴・税込） ※平成27年9月1日現在

ハイオク 1冊 13,800円 レギュラー 1冊 12,720円

☆ 展覧会チケット 展覧会チケットは、**会期前日までの販売**となっております。

◇ 唐画もん - 武禅に閩苑、若冲も - 〔大阪歴史博物館〕 10月31日～12月13日

販売価格	一般	720円	高大生	540円
当日価格		1,000円		800円

◇ 琳派-京を彩る展 〔京都国立博物館・平成知新館〕 10月10日～11月23日

販売価格	一般	1,170円	大学生	900円	高校生	630円
当日価格		1,500円		1,200円		900円

◇ フィラデルフィア美術館浮世絵名品展 〔あべのハルカス美術館〕 10月10日～12月6日

販売価格	一般	1,000円	大高生	630円	中小生	270円
当日価格		1,300円		900円		500円

◇ 琳派400年記念「琳派イメージ」展 〔京都国立近代美術館〕 10月9日～11月23日

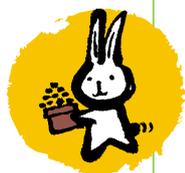
販売価格	一般	1,000円	大学生	630円	高校生	270円
当日価格		1,300円		900円		500円

◇ クレオパトラとエジプトの王妃展 〔国立国際美術館〕 10月10日～12月27日

販売価格	一般	1,170円	大学生	900円	高校生	450円
当日価格		1,500円		1,200円		600円

◇ 大英博物館展 〔神戸市立博物館〕 9月20日～平成28年1月11日

販売価格	一般	1,210円	大高生	840円	中小生	420円
当日価格		1,500円		1,100円		600円



京都織物卸商業組合 コムス倶楽部

〒600-8009 京都市下京区四条通室町東入 京都産業会館5階
TEL> 075-211-7344 FAX> 075-211-1976
月曜～金曜 午前9時～午後5時、第1・第5土曜 午前9時～12時