

No.213

発行
2022/9/28

元気! Genki!!

事務局 〒963-6312 玉川村小高字大谷地71(たまかわ文化体育館内) 電話&FAX 57-7313

行楽・スポーツ・紅葉の秋!

元気クラブでは11月3日(木・文化の日)に霊山トレッキングを開催予定です。今回は小学3年生から参加可能(小学生は保護者同伴)ですので親子のコミュニケーションの場として参加してみたいかがでしょうか。

元気クラブLINEお友だちになりませんか!

たまかわ元気スポーツクラブとお友だちになってLINEからお知らせを受け取ろう!



目々の広報

教室のご案内

お問い合わせ

Etc.

↑上のQRコードよりご登録ください!

月々の広報や教室・イベントのご案内が気軽にスマホで確認できます!

ぜひご登録下さい!

★毎週木曜日はラージボール卓球★ (会員・非会員)

10月は6日・13日・20日

場 所…たまかわ文化体育館

時 間…9:30~11:30

参加費…(会 員)年間1,000円または1回100円
(非会員)1回200円

★毎週火曜日はバドミントン★ (会員・非会員)

10月は4日・11日・18日・25日

場 所…たまかわ文化体育館

時 間…19:00~20:30

参加費…(会 員)年間2,000円または1回100円
(非会員)1回300円

げんきUP教室

ゴミ拾いで健康ウォークに貢献

9月22日(木)にいつもお昼のトレーニング教室【げんきUP教室】にご参加している皆さんで、『健康ウォーク(9月25日開催)』の5kmコース・3kmコースのゴミ拾いを行いました。道端や側溝、草地の中には大量のゴミが捨てられており、“いつも車で通っている道にこんなにゴミがあるなんて…”と驚きながらも、側溝に手を入れたり、草根を描き分けたりと丁寧に拾っていただきました。

おかげさまで当日はゴミもなく、きれいな歩道をウォーク参加者に歩いてもらうことができました。



空き缶、空き瓶、たばこの吸い殻、弁当トレイ等…様々なゴミがありました。

合計 **7.8kg**のゴミを回収しました!

★10月の元気クラブ予定表★

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 滝川渓谷トレッキング 矢祭町	4 バドミントン	5 あおぞらノルディック ウォーキング 9:00～ レクダンス教室	6 ラージボール卓球	7 3Bたいそう教室	8
9	10 ■スポーツの日	11 フラダンス教室 ランニング教室 フットサル教室 バドミントン	12 あおぞらノルディック ウォーキング 9:00～	13 ラージボール卓球 げんきUP教室 トレーニング教室	14 プール教室	15
16	17 あおぞらノルディック ウォーキング 9:00～	18 バドミントン	19 レクダンス教室	20 ラージボール卓球 トレーニング教室	21 3Bたいそう教室 ※須釜プラザ	22
23	24	25 フラダンス教室 ランニング教室 フットサル教室 バドミントン	26 グラウンド・ゴルフ大会 9:00 村民グラウンド	27 げんきUP教室	28 プール教室	29
30	31					

※参加希望者は確認の上、ご参加下さい。不明な点は事務局まで！※都合により変更・中止になる場合があります。

- ・ フラダンス教室 9:30～
- ・ ランニング教室 18:30～
- ・ フットサル教室 19:00～
- ・ バドミントン 19:00～
- ・ レクダンス教室 13:30～
- ・ ラージボール卓球 9:30～
- ・ ヨガ教室 13:30～
- ・ げんきUP教室 13:30～
- ・ トレーニング教室 19:00～
- ・ 3Bたいそう教室 9:30～
- ・ プール教室 13:30～

大きく高く跳ぼう！



初めての大きなトランポリン。いつは高い跳んで技を決めよう！

8月9日・10日、小学生を対象としてトランポリン&マット運動教室を開催しました。

トランポリンでは空中で足を大きく開いたり、身体をひねったり、ダイナミックに！マット運動では前転・後転等さまざまな動きに挑戦し、元気いっぱい身体を動かしました。参加した子供たちは「もっと跳びたい！」「次はいつやるの？」と次回への意欲満々で目を輝かせていました。

次回は冬に開催予定です！今回参加した子も初めての子もご参加をお待ちしています！



施設愛護活動おつかれさまです

9月17日(土)、村民グラウンドにて施設愛護活動を開催し、元気クラブ会員、スポ少関係者、地域住民等、約80人にお集まりいただきました。5月の施設愛護活動が中止となっていたため、約1年ぶりの清掃です。

管理棟やAコートトイレの清掃、グラウンド内の石拾い、側溝の土砂上げ、周辺のごみ拾い等、朝6時という早朝にも関わらず、たくさんの方にご協力いただき、施設がとてきれいになりました。これからも環境美化に取り組み、快適・安全に各自活動に励んでいただければと思います。皆様のご協力、本当にありがとうございます！



1年ぶりの土砂上げおつかれさまでした！

