

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

7月27日は『スイカの日』です。スイカは英語では「ウォーターメロン」というように、水分が豊富で、ブドウ糖や果糖、ビタミンA、カリウムなどがバランスよく含まれています。まだまだ暑い日が続きますので、ときにはスイカを食べてクールダウンしてみたいはいかがでしょうか。

鏡石ドリーム駅伝大会に参戦!

7月10日(日)、鳥見山陸上競技場にて『鏡石ドリーム駅伝』が開催され、ランニング教室から5名が参加しました。

順位がつかないオープン参加での出場となりましたが、競技場内外1人700mのコースをみんなで力を合わせてタスキを繋ぎました。終始上位をリードする走りに、観客から暖かい声援と惜しげもない拍手が送られました。



★毎週木曜日はラージボール卓球★
(会員・非会員)



8月は18日・25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)



8月は9日・16日・23日・30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

ニッコウキスゲの絨毯!

6月29日(水)、雄国山トレッキングを開催し、18名が参加しました。

当日は天候に恵まれ、お目当てであった雄国沼のニッコウキスゲも一番の見頃でした。まるで黄色の絨毯を敷いてあるかのような絶景に、参加者から感嘆の声がもれました。ガイドからも『何度も来ていますが、これほど天気とニッコウキスゲのタイミングが合うときも珍しい!』と太鼓判を押され、参加者は大喜びで写真を撮ったり、仲間との交流を楽しみました。



今回は雄子沢く雄国沼く雄国山くラビスパ裏磐梯までのロングコースに挑戦!おつかれさまでした!

★8月の元気クラブ予定表★

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4 げんきUP教室 ※ クックドーム	5 3Bたいそう教室 ※須釜プラザ	6 ヨガ教室 ※保健センター
7	8	9 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 トランポリン & マット運動教室 17:30～ 文体	10 トランポリン & マット運動教室 17:30 文体	11 ■ 山の日	12	13
14	15	16 バドミントン	17 レクダンス教室	18 ラージボール卓球	19 3Bたいそう教室	20 ヨガ教室
21	22	23 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	24	25 ラージボール卓球 げんきUP教室 トレーニング教室	26 プール教室	27 ヨガ教室
28	29	30 バドミントン	31 レクダンス教室			

※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～
- ・ 3Bたいそう教室 9:30～
- ・ プール教室 13:30～

村内外を歩こう！

あおぞら ノルディック ウォーキング

開催のお知らせ

9月7日より6回コースで開催

詳しくはこちら



“ノルディック
ウォーキング”で
楽しく・効果的に
歩こう！！



アタックを決める！
7月1日・6日、たまかわ文化体育館にてソフトバレーボールスクールを開催し、小学生30名が参加しました。ソフトバレーボールとは、少人数・省スペースで気軽にできるバレーボールの名称で、少年球技大会の競技種目にもなっています。
講師からレシーブの手の組み方やサーブの打ち方、基本的なルール等を教わり、試合形式の練習では、スピードディーナーボールの応酬ができるようになるまで成長しました。
※協力：玉川村家庭バレーボール協会
※この事業は福島県スポーツ振興基金を活用して開催しました



ボールをつないで相手のコートへ！

