

No.199

発行  
2021/7/20

# 元気!Genki!!

回覧

スポーツクラブ

GO GO BIG

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  
ホームページURL <https://t-genki-sc.com>

福島県も梅雨明けし、ガラガラとした夏の日差しを感じるようになりました。不安定な天気から解放され、今後の予定立てにワクワクしている方もいるかと思えます。

梅雨明け直後はまだ体が暑さに慣れず体調を崩しやすくなりますので、こまめな水分補給を心がけ、楽しい夏にしましょう！

## 元気クラブホームページはご存知ですか??

元気クラブでは、今年度よりホームページを開設しております。ぜひご活用ください。

### ■元気クラブホームページでできること

#### ◆チラシ・広報の閲覧

見逃したチラシや広報はありませんか?気になったら逐一チェック!

#### ◆予定表の掲載

直近の予定や今後の開催スケジュールが分かります。

#### ◆メールでのお問い合わせ対応

気軽にお問い合わせください!

URL <https://t-genki-sc.com>

たまかわ元気スポーツクラブ



### ★毎週木曜日はラージボール卓球★

(会員・非会員)



8月は5日・19日・26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3日・10日・17日・24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

## あおぞらノルディックウォーキング参加者募集!

通常のウォーキングより運動効果の高い“ノルディックウォーキング”を体験してみよう!

▼初めての方も大歓迎です  
(ポールお貸しします!)  
ぜひご参加ください!



### ■時 間 各回9:00現地集合

(終わり次第終了。午前中には解散します)

### ■参加費 会員:無料 / 非会員:1回 200円

※第6回は別途料金をいただきます。

### ■申込方法

たまかわ元気スポーツクラブ事務局まで直接・  
またはお電話でお申し込みください。

【申込期間 8/18(水)まで】

### ■開催日と場所

- 第1回 8/23(月) 玉川村文体コース
- 第2回 8/30(月) 矢吹町大池公園コース
- 第3回 9/6(月) 竜崎乙字ヶ滝コース
- 第4回 9/13(月) 釈迦堂川周辺コース
- 第5回 9/22(水) 石川町北須川周辺コース
- 第6回 9/27(月) いわき勿来の関コース

- ◆ 都合によりコースが変更になる場合があります。
- ◆ 各コース3km~6km程度の距離を歩きます。
- ◆ 第1回~第5回は現地集合・解散です。
- ◆ いわき勿来の関コースはバスで現地まで行き、ノルディックウォーキングを楽しめます。
- ◆ いわき勿来の関コースにつきましては、第1回~第5回の参加者の中から募集をいたします。

# ★8月の元気クラブ予定表★

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 トランポリン& マット運動教室 17:30～ バドミントン	4 レクダンス教室 トランポリン& マット運動教室 17:30～	5 ラージボール卓球 げんきUP教室 トレーニング教室	6 3Bたいそう教室	7 短期ヨガ教室
8 ■山の日	9 ■振替休日	10 フラダンス教室※文体 ランニング教室 フットサル教室 バドミントン	11	12	13	14
15	16	17 バドミントン	18 レクダンス教室	19 ラージボール卓球 げんきUP教室 トレーニング教室	20 3Bたいそう教室	21
22	23 あおぞらノルディック ウォーキング 9:00～	24 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	25	26 ラージボール卓球	27 プール教室	28 短期ヨガ教室
29	30 あおぞらノルディック ウォーキング 9:00～	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～
- ・ げんきUP教室 13:30～
- ・ 3Bたいそう教室 9:30～
- ・ プール教室 13:30～
- ・ 短期ヨガ教室 9:45～

## カロリングで盛り上がる

7月10日(土)、「たまかわ元気スポーツクラブ交流カロリング大会」を開催し、30名が参加しました。

大会は3人1組10チームが2試合対戦し、獲得した合計得点で争われました。1試合目では下位に大差をつけて暫定1位となった矢吹・溝井・関根チームですが、2試合目では、ルールの特性を生かして岡部・三輪・吉田チームが大量得点を獲得し逆転！順位の変動に大いに盛り上がる大会となりました。

優勝おめでとうございます！

- ・ 岡部 キヨエ
- ・ 三輪 孝三
- ・ 吉田 義之



カラフルなジェットローラーの行方を追う参加者

## “ソフト” バレーボールを学ぶ



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

6月30日～7月20日の間、5回コースでソフトバレーボール教室を開催し、村内の小学生37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(バドミントンコート)のできるバレーボールで、8月1日開催の玉川村少年球技大会の競技種目にもなっています。

講師に玉川村家庭バレーボール協会の皆さんを迎え、サーブ・レシーブ・トスの動作やルールについて教わりました。

初めはボールの扱いに四苦八苦していた子供たちも、練習を重ねていくにつれ、ラリーが続いたり、正確にレシーブが打てるようになったりと、成長が著しい教室となりました。

