



総合型地域スポーツクラブ NPO法人たまかわ元気スポーツクラブ広報

回覧

スポーツくじ  
LOTO BIG

No.178

元気! Genki!!

事務局 たまかわ文化体育館内 〒963-6312 玉川村小高字大谷地71 電話57-4632 Fax57-4686

今年元気クラブ事務局は近隣地区のスポーツクラブのスタッフでパラリンピック種目である「ボッチャ」を体験しました。どのスポーツにもいえることですが、体感してみないとわからない面白さがありますね。皆さんもオリ・パラへの興味・関心を持って学び、来年への楽しみを増やしていきましょう!

## 村内“ぐるっと”歩きました!

5月から月曜日に開催してきた『ぐるっとウォーキング』は8月19日開催した「たまかわ文化体育館コース」を最後に無事12か所(11行政区+たまかわ文化体育館コース)歩ききることができました。

参加者からは「終わっちゃうのは名残惜しい」、「別のコースをつくって歩いてみたい」、「もっと長く歩きたい」などの声があがり、参加者のウォーキング意欲の高まりを感じました。



最後はみんなでパチリ!

## スポーツサロン

☆10月の開放は12日※・26日開催!

場所/時間	13:00~17:00
たまかわ文化体育館 アリーナ	バドミントン・卓球 バスケットボールなど
村民グラウンド	グラウンド・ゴルフなど
すばく玉川	ゲートボールなど

※12日はアリーナのみ開催

☆毎週木曜日はラージボール卓球☆(会員限定)

10月は3日・17日・24日

場所…たまかわ文化体育館/時間…9:30~11:30

※参加費年間1,000円または1回100円

☆毎週火曜日はバドミントン☆(会員・非会員)

10月は1日・8日・15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

## グラウンド・ゴルフ大会参加者募集!

ゴルフのようにボールをクラブで打ち、ホールポストにホールインするまでの打数を競います。ルールも簡単でとても楽しいスポーツです!ぜひおこしください。



グラウンド・ゴルフデビューしたい方、道具をお持ちの方は貸し出しますのでお気軽にご参加ください!

開催日 10月16日(水)受付8:30~

※予備日10/23(水)

会場 玉川村民グラウンド

対象 元気スポーツクラブ会員及び非会員(村民)

ルール 日本グラウンド・ゴルフ協会制定のオフィシャルルールを準用する。

編成 組編成は男女混成とし、抽選で決める。

参加料 会員 1人100円 / 非会員 1人300円  
※保険加入希望の方はお申し出ください。別料金がかかります。

表彰 入賞者に商品 全員に参加賞

申し込み たまかわ元気スポーツクラブ(たまかわ文化体育館内)まで直接・またはお電話でお申し込みください。

【参加申込〆切:10月9日(水)】

★10月の元気クラブ予定表★

日	月	火	水	木	金	土
		1 ランニングサークル バドミントン ヨガ教室	2 レクダンス教室	3 ラージボール卓球	4 3Bたいそう教室	5
6	7 安達太良山 トレッキング	8 フラダンス ランニングサークル フットサル バドミントン	9	10 骨盤呼吸教室 トレーニング教室	11 プール教室	12 スポーツサロン ※アリーナのみ
13	14 ■体育の日	15 フラダンス教室 ランニングサークル バドミントン ヨガ教室	16 グラウンド・ゴルフ大会 8:30～ レクダンス教室 きっずたいいく教室	17 ラージボール卓球	18 3Bたいそう教室	19
20	21	22 ■即位礼正殿の儀	23 きっずたいいく教室	24 ラージボール卓球 骨盤呼吸教室 トレーニング教室	25 プール教室	26 スポーツサロン
27 下郷中山トレッキング	28	29 ランニングサークル	30 きっずたいいく教室 ※村体	31		

フラダンス教室…9:30～ ランニングサークル…18:30～ バドミントン…19:00～ フットサル教室…19:00～ ヨガ教室…19:15～  
レクダンス教室…13:30～ きっずたいいく教室…(幼児)15:30～、(児童)16:40～ ラージボール卓球…9:30～ 骨盤呼吸教室…9:45～  
3Bたいそう教室…9:30～ プール教室…13:30～ スポーツサロン…13:00～

とんで♪まわって♪ころがって♪  
楽しくトランポリン！



8月2日・6日に小学生を対象とした「トランポリン & マット運動教室」を開催し、15名が参加しました。大きなトランポリンは初めてという参加者も講師の指導をよく聞いて、基本の飛び方のほか、ひねりや空中での変化を加えたダイナミックな技にも挑戦していました。マット運動では前転・後転・開脚前転などに挑戦し、『いっぱいまわって目が回る～』と言いながらも、真剣に楽しく取り組んでいました。

9/21(土)施設愛護活動  
ご協力ありがとうございました！

元気クラブ会員をはじめ、スポーツ少年団員、各種団体など約90人の方にご協力いただき、施設愛護活動を開催しました。

大人の方には管理棟のトイレ清掃や側溝の土砂あげ、子供たちにはグラウンドの草むしりや石拾い、グラウンド周辺のごみ拾いをしていただき、とてもキレイになりました！



と  
う  
朝  
ご  
も  
い  
関  
ま  
わ  
し  
ず  
た  
あ  
り  
が

現在参加者募集の教室

- ・フラダンス教室
- ・レクダンス教室
- ・きっずたいいく教室
- ・3Bたいそう教室
- ・骨盤呼吸教室

まだ間に合います！気軽にお問合せください！