



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

スポーツナビ
LOLO BIG

No.176

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

9月はワールドカップラグビーが日本で開催されますね。元気クラブでは8月31日に小学生向けの「タグラグビー教室」を開催します。まだラグビーをよく知らない方もタグラグビー教室に参加すれば本格的なラグビーにも親しみをもてるかと思しますのでぜひご参加ください。

はじめてのソフトバレーボール

6/22(土)・7/13(土)に小学生を対象とした「ソフトバレーボール教室」を開催しました。今年から少年球技大会の種目に『ソフトバレーボール※』が加わることから、たくさんの小学生と育成会関係者が参加しました。

講師からレシーブの手の組み方や姿勢、サーブの打ち方など、バレーの基本を学び、バレー初心者が多い中、軽いラリーができるまでに上達しました。

※バレーボールから派生した球技。4人チームでおこなう



指導者を熱心に聞く

スポーツサロンの

☆8月の開放は10日・24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 |
| すばく玉川 | ゲートボールなど |
| 村民グラウンド | グラウンドゴルフなど |

※8/10はグラウンド開放は行いません

☆毎週木曜日はラージボール卓球☆(会員限定)

8月は1日・8日・22日・29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)

8月は6日・20日・27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

雨の雄国沼を散策

6/24(月)、「入会歓迎雄国山トレッキング」を開催し、32名が参加しました。

雨の中の開催となり、ルートを変更したり、終始カッパを着ての散策となりましたが、雨が降っているほかは風もなく、穏やかな雄国沼を堪能できました。

一番のお目当てであったニッコウキスゲはちょうど見頃をむかえており、参加者は『このシーズンで人がいないのは珍しい。雨のおかげで人込みを気にせず歩けた』『ひとりではなかなか雨の日は来れないから良かった』と、雨ならではの楽しみを見つけて歩けたようでした。



★8月の元気クラブ予定表★

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|---|----------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|
| 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！※都合により変更になる場合があります。 | | | | 1 | 2 3Bたいそう トランポリン& マット運動教室 | 3 |
| 4 | 5 ぐるっとウォーキング (四辻公民館前集合) 9:00～ | 6 フラダンス ランニングサークル トランポリン& マット運動教室 バドミントン フットサル※クックドーム ヨガ教室 | 7 レクダンス教室 きっずたいいく教室 | 8 ラージボール卓球 げんきUP教室 トレーニング教室 | 9 | 10 スポーツサロン ※アリーナ・すぱーく |
| 11 ■山の日 | 12 ■振替休日 | 13 たまかわ水合戦 たまかわ夏祭り | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 ぐるっとウォーキング (たまかわ文化体育館前集合) 9:00～ | 20 ランニングサークル バドミントン ヨガ教室 | 21 レクダンス教室 きっずたいいく教室 | 22 ラージボール卓球 げんきUP教室 トレーニング教室 | 23 3Bたいそう | 24 スポーツサロン |
| 25 | 26 | 27 フラダンス ランニングサークル バドミントン フットサル | 28 きっずたいいく教室 | 29 ラージボール卓球 | 30 プール教室 | 31 タグラグビー教室 17:00～ |

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～
げんきUP教室…13:30～ 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～

たのしくトライ！！ タグラグビー教室 参加者募集！

『タグラグビー』とは、ラグビーの「スクラム」や「タックル」など接触プレーをなくした安全に楽しくできるスポーツです！みんなで楽しくトライしましょう！



講師は実業団の現役ラグーマン！

NTTシャイニングアークス

鶴谷 知憲

(つるや はるのり) ポジション:センター(CTB)

鶴谷 昌隆

(つるや まさたか) ポジション:ロック(L0)、フランカー(F1)

開催日:8/31(土)17:00～19:00

会場:たまかわ文化体育館クックドーム

対象者:小学生 定員30人

参加料:一人100円

申込み:電話または直接クラブ事務局(たまかわ文化体育館内)までお申し込みください。

【募集〆切 8/26(月)17:00】

※土日祝、お盆期間(8/10～8/18)をのぞく

7/13(土)カローリング大会 カローリングに親しむ

7/13(土)たまかわ文化体育館にて「カローリング大会」を開催し、27名が参加しました。

真剣勝負の中にも、時には参加者の笑い声が響いたり、ジェットローラーの軌道を読んだ一発逆転のファインプレーには敵味方関係なく拍手がわくなど和気あいあいとした雰囲気で行われました。



優勝チーム

渡辺 静子さん

三輪 孝三さん

矢部 キンさん

おめでとうございます！



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
- ・げんきUP教室
- ・トレーニング教室
- ・3Bたいそう教室

今からでも間に合います！気軽にお問合せください