



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

スポーツクラブ



No.171 元気! Genki!!

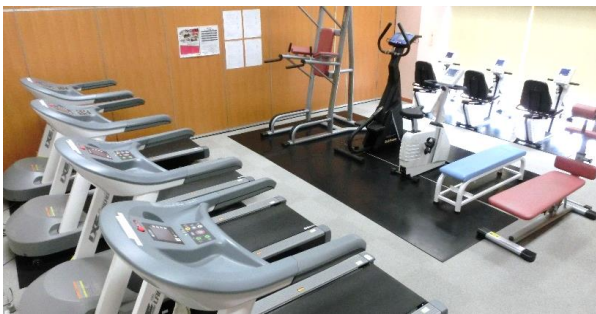
事務局 たまかわ文化体育館内 〒963-6312 玉川村大字小高字大谷地71 電話57-4632 Fax57-4686

2月は通常の月に比べ28日と短いですが、数日短いたただけでもひと月たつのが早く感じた方もいるかもしれません。立春をむかえ、暦の上ではすでに春になりました。例年の2月よりは暖かいといわれていますが、夕暮れに吹く風にはまだ冷たさが残っています。これから寒さの中にも少しずつ春を感じられればいいですね(^▽^)

寒い日は室内で運動しませんか？

たまかわ文化体育館内に『トレーニング室』があるのをご存知ですか？中学生以上の方ならどなたでも使用することができます。日中は比較的すいておりますので悠々とウォーキングやトレーニングに取り組めます(^▽^)

さらに元気クラブ会員の方は使用料が半額で使用できます！興味がある方はぜひたまかわ文化体育館までお越しください！



月曜日休館日、平日9:00～21:00、土日祝10:00～21:00
開館日が変更になる場合がございますので事前にお問い合わせください。

スポーツサロン

☆3月の開放は9日・23日開催！

場所/時間	13:00～17:00
たまかわ文化体育館	バドミントン・卓球 バスケットボールなど
すば一く玉川	ゲートボールなど

※23日はたまかわ文化体育館のみ開放

☆毎週木曜日はラージボール卓球☆(会員限定)

3月は7日・14日・28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)

3月は5日・12日・19日・26日

場所…たまかわ文化体育館/時間…19:30～21:00

※参加費(会員)年間2,000円または1回100円、(非会員)1回300円

※冬季は開催時間が変わります！(19:00開始→19:30開始に変更)

お間違えなくご参加ください！

たのしいトランポリン!

1月17日・18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。

今回はトランポリン、マット運動と同時に、ハードルやラダーなどを使用したサーキットトレーニングも行いました。跳んだり、走ったり、転がったりと絶えず身体を動かし、寒い体育館でも子どもたちの身体はポカポカ！息を切らしながらも『たのしー！！』とはしゃぎながら駆け回る姿に、子どもたちのエネルギーを感じました。

「トランポリン&マット運動教室」は夏季と冬季に開催しています。次回は夏季開催の予定です！今回参加できなかった方もぜひ次回参加してみてください♪



★3月のカレンダー&スポーツクラブ予定表★

日	月	火	水	木	金	土
					1 3Bたいそう プール教室	2
3	4	5 ランニングサークル 骨盤呼吸教室 バドミントン	6 レクダンス教室	7 ラージボール卓球	8	9 スポーツサロン
10	11	12 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	13 きつずたいいく教室	14 ラージボール卓球 トレーニング教室	15 3Bたいそう	16
17	18	19 ランニングサークル バドミントン 骨盤呼吸教室	20 レクダンス教室 きつずたいいく教室	21 ■春分の日	22	23 スポーツサロン (文体のみ)
24	25	26 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	27 きつずたいいく教室	28 ラージボール卓球 トレーニング	29 3Bたいそう プール教室	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！
※都合により変更になる場合があります。

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…19:30～ フットサル教室…19:00～ レクダンス教室…13:30～
きつずたいいく教室…(幼児)15:30～、(児童)16:40～ ラージボール卓球…9:30～ 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～ スポーツサロン…13:00～ ヨガ教室…19:15～ 骨盤呼吸教室…19:00～

たまかわ元気スポーツクラブ会員更新のご案内

今年度も元気クラブの事業に参加いただきありがとうございました。

更新の時期が近付いてまいりましたので、手続き期限内に継続の手続きをお願いします。

更新手続き方法

更新手続き期限: 2/20(水)～4/30(火)

継続をご希望の方は、たまかわ元気スポーツクラブ事務局にて(たまかわ文化体育館内)にて更新料(年会費+スポーツ安全保険料)をお支払いください。
※平成30年度の会員証をお持ちいただくとスムーズに手続きができます。

ご注意ください

更新期限を過ぎると…

- 会員資格が失効します。
- 会員限定の教室に参加できなくなります。
- 会員価格で教室に参加できなくなります。

また、更新手続き期限内に継続の手続きをされないと、新規会員扱いとなり入会金(2,000円)



No. 18-

玉川 太郎

本クラブ会員であることを証する
有効期限 2018/4/1～2019/3/31

本クラブ会員であることを証する
有効期限 2018/4/1～2019/3/31

3月末で有効期限が切れます！

更新料(年会費+スポーツ安全保険料)

- ・未就学児 1,000円
- ・小・中学生 1,400円
- ・高校生 2,450円
- ・一般(~64歳) 3,050円
- ・65歳以上 2,400円

※H31/4/1現在の年齢

更新料内訳はこちら



2/20(水)より平成31年度(4/1～)の新規会員募集開始！！詳しくは元気クラブ事務局まで！