



総合型地域スポーツクラブ たまかわ元気スポーツクラブ広報

スポーツクラブ

No.159

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

花粉症の方にはつらい季節となりました。中には鼻のムズムズ、目のかゆみなど、春の訪れを身をもって感じている方もいることでしょう。花粉が気になるからと外出を敬遠して、運動不足になってはいませんか？体力が落ちると免疫力も落ちて花粉症の悪化につながりますよ！花粉の飛散が少ない午前中や室内での運動を積極的に取り入れて、花粉症に負けない身体を作りましょう！

今年も
やいます！

入会歓迎ウォーク！

5月7日(月)開催

県内有数の温泉郷『土湯温泉』から

仁田沼を歩きます！

元気クラブ会員限定の
ウォーキングなので
参加希望の方はお早め
に更新手続きを！！！！



スポーツサロン

☆3月の開放は10日・24日(土)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
すばーく玉川	ゲートボールなど

※ 24日はアリーナのみ開放

☆毎週木曜日はラージボール卓球☆(会員限定)

3月は1日・8日・15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)

3月は6日・13日・20日・27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

1/11&1/12

トランポリン&マット運動教室

とんで♪まわって♪ころがって♪

夏と冬に開催している『トランポリン&マット運動教室』は、毎回大人気の教室です。今回も定員を超えるたくさんの小学生にお申込みいただき、のべ30人が参加しました。

参加者は普段体験できないトランポリンの感覚に大喜び！最初は恐る恐る跳んでいた子供たちも、講師の指導を受けながら、大きく跳ねてダイナミックに身体を動かしていました。



全身を使
って大き
くジャン
プ！

★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 ラージボール	2 3Bたいそう	3
4	5	6 ランニングサークル バドミントン	7 レクダンス教室 きっずたいいく教室	8 ラージボール トレーニング教室	9 プール教室	10 スポーツサロン
11	12	13 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	14 きっずたいいく教室	15 ラージボール	16 3Bたいそう	17
18	19	20 フラダンス ランニングサークル バドミントン	21 ■春分の日	22 ラージボール卓球 トレーニング教室	23 プール教室	24 スポーツサロン (アーリーナのみ)
25	26	27 フラダンス ランニングサークル バドミントン	28 レクダンス教室 きっずたいいく教室	29 ラージボール卓球	30 3Bたいそう	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…19:30～ フットサル教室…19:00～ 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～ 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～

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(月) 9時～17時

※土日祝日を除く

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。

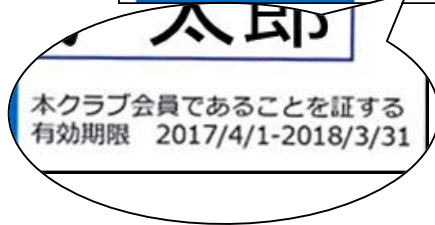
※平成29年度の会員証をお持ちいただくとスムーズに手続きができます。

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)が発生します。



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

※H30/4/1現在の年齢

更新料内訳はこちら



2/20(火)より平成30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！