



いつでもどこでもだれ

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

スポーツくら

No.148 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

新生活に追われて、“今忙しいから運動はちょっとお休み・・・”なんて方もいるかもしれません。しかし仕事や学業にベストな状態でのぞみたい方こそ運動の習慣付けがオススメなんです！定期的な運動は身体的な健康のみならず“こころ”にも効果的です。たのしく身体を動かして、ストレス撃退&メンタル強化！充実した毎日を過ごしましょう。

“お昼の空き時間、は運動するチャンス！”

げんきUP教室 参加者募集！

たのしく笑顔でシェイプアップしましょう！

対象者：大人15名

開催日：4月～9月 木曜日 月2回

※日程についてはお問い合わせください。

時間：13:30～15:00

場所：たまかわ文化体育館

講師：遠藤 麻希 先生(健康運動指導士)

持参品：室内用運動靴、タオル、飲み物など。
動きやすい服装でお越しください。

参加費：≪月額≫・会員500円 ・非会員1000円

申込方法

たまかわ元気スポーツクラブ事務局(たまかわ文化体育館内)まで申込用紙をお持ちいただくか、電話でお申し込みください。

スポーツサロン

☆4月の開放は8日・22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
すば一く玉川	ゲートボールなど

※4月の村民グランド開放は実施しておりません。

☆毎週木曜日はラージボール卓球☆(会員限定)

4月は6日・13日・20日・27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

☆毎週火曜日はバドミントン☆(会員・非会員)

4月は4日・11日・18日・25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

2/4(土)カローリング大会

(たまかわ文化体育館にて)

小針 善美 さん

林 三喜人 さん

真野目 フサ子 さん

チームが優勝！

年2回開催しているカローリング大会も16回目になり、今回は30人が参加しました。

思わぬ軌道をえがくジェットローラーに、驚きの声や笑いが起こったり、形勢逆転のスーパーショットに沸いたりと大いに盛り上がりました。

今回は優勝チームが下位と大差をつけ優勝(その差21点!)。その他のチームもベストを尽くした結果となりました。



ねらうは下真ん中！

忘れてませんか？

会員更新は 4/30(日)まで！

期間内に更新されない場合、新規入会者あつかいとなり、入会金(2,000円)は発生します。

忘れずに更新手続きをお願いします！

年会費	スポーツ保険料		
	中学生以下 ¥800	一般(～64歳) ¥1,850	65歳以上 ¥1,200
未就学 ¥200	¥1,000	-	-
高校生以下 ¥600	¥1,400	¥2,450	-
大人 ¥1,200	-	¥3,050	¥2,400

+

入会金	¥2,000	※新規加入者のみ
-----	--------	----------

新規加入者、5月1日以降更新の方は入会金(¥2,000)が必要です

★4月のカレンダー&スポーツクラブ予定表★

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						1
2	3	4 バドミントン	5 レクダンス教室	6 ラージボール卓球	7 3Bたいそう	8 スポーツサロン
9	10	11 フラダンス ランニングサークル バドミントン	12 きっずたいいく教室	13 ラージボール卓球 げんきUP教室	14 プール教室	15
16	17	18 ランニングサークル バドミントン	19 きっずたいいく教室 ※無料体験教室	20 ラージボール卓球	21 3Bたいそう	22 スポーツサロン
23	24	25 フラダンス ランニングサークル バドミントン	26 レクダンス教室 きっずたいいく教室 ※無料体験教室	27 ラージボール卓球 げんきUP教室	28 プール教室	29 ■昭和の日
30						

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～ 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～

平成29年度 たまかわ元気スポーツクラブ 教室紹介

4月から通年教室が始まります! 興味がありましたらぜひお問合せください!

教室名 ①開催時間 ②曜日、回数 ③開催場所	会員限定 フラダンス教室 ①9:30～11:00 ②火曜日 月2回 ③就業改善センター	会員限定 ランニングサークル ①18:30～19:30 ②毎週火曜日 ③村民グランド	会員限定 レクダンス教室 ①13:30～15:00 ②水曜日 月2回 ③たまかわ文化体育館
	会員限定 きっずたいいく教室 ①(幼児)15:30～16:30 (児童)16:40～17:40 ②水曜日 月3回 ③たまかわ文化体育館	会員限定 ラージボール卓球 ①9:30～11:30 ②毎週木曜日 ③たまかわ文化体育館	会員限定 フットサル教室 ①19:00～20:30 ②木曜日 月2回 ③体育センター
会員限定 プール教室 ①13:30～14:30 ②金曜日 月2回 ③矢吹町温水プール	非会員OK バドミントン ①19:00～20:30 ②毎週火曜日 ③たまかわ文化体育館	非会員OK トレーニング教室 ①19:00～20:45 ②木曜日 年間20回 ③たまかわ文化体育館	非会員OK ヨガ教室 ①19:15～20:45 ②土曜日 年間20回 ③たまかわ文化体育館

ご確認ください

※昨年度と日程や開催場所が異なる教室や、都合により表記のものより日程・開催場所が変更になる場合があります。

※申込期日がある教室や、すでに定員に達している教室もあります。

※教室の空き状況や詳細はたまかわ元気スポーツクラブ事務局までお問合せください。

《問い合わせ先》 NPO法人 たまかわ元気スポーツクラブ事務局 (たまかわ文化体育館内) ☎57-4632