



\\いつでも/\\どこでも/\\だれでも/

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

スポーツくじ

No.143

元気! Genki!!

toto
FOR ALL SPACES OF JAPAN

BIG

事務局 玉川村民館内 〒963-6312 玉川村小高字大谷地71 電話57-4632 Fax57-4686

行楽に新そば祭り、芋煮会・・・と、寒くなってきましたがまだまだ外に出る機会が多く、そして何を食べてもおいしい季節です。ついつい食べ物に手が出てしまって「今年も食べ過ぎたな・・・」とダイエットを決意している方もいるのではないのでしょうか。冬は運動すると一番効率よく脂肪燃焼ができる季節です。たくさん身体を動かして理想の体型を目指しましょう!

教室紹介 ラージボール卓球

ラージボール卓球は気軽に汗を流せる社交の場です。真剣に卓球に打ち込む方やおしゃべりを楽しみにくる方、参加する理由はさまざまですが、終わったあとはスッキリした表情で帰って行かれます。皆さんも週に一度の気分転換としていかがでしょうか?



毎週木曜日9:30~11:30開催中です
【元気クラブ会員限定】

スポーツサロン

☆11月の開放は12日・26日(土)開催!

場所/時間	13:00~17:00
村民グランド	グラウンド・ゴルフなど
すぱーく玉川	ゲートボールなど

※たまかわ文化体育館の開放はありません

☆毎週木曜日はラージボール卓球☆(会員限定)

11月は17日・24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1000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)

11月は8日・15日・22日・29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2000円または1回100円、(非会員)1回300円

第6回元気クラブ交流

グラウンド・ゴルフ大会参加者募集!

日 時

11月16日(水)

時間

8:00~

会場

玉川村民グランド

参加対象

元気スポーツクラブ会員
及び非会員(村民)

組の編成

組編成は男女混成とし、抽選で決めます。

試合方法

2ラウンド(16ホール)をおこない、合計打数の少なさを競います。

参加料

会員 1人100円

非会員 1人300円

保険に加入希望される方は申込時
お申し出ください。別料金がかかります。

表彰

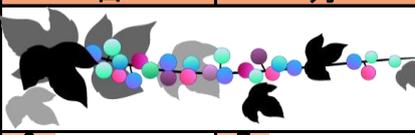
入賞者に商品 全員に参加賞

申し込み

たまかわ元気スポーツクラブまで
直接申込用紙をお持ちいただくか、
お電話でお申し込みください。

【参加申込〆切: 11月9日(水)午後5時】

★11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	2 レクダンス教室 ※村体	3 ■文化の日	4 3B体操※村体	5
6	7	8 フラダンス教室 ランニング教室 バドミントン	9 きっずたいいく教室	10 フットサル教室 トレーニング教室	11 プール教室	12 スポーツサロン (GRAND・すばーくのみ)
13	14	15 バドミントン	16 グラウンド・ゴルフ大会 8:00~ きっずたいいく教室	17 ラージボール卓球	18 3B体操	19
20	21	22 フラダンス教室 ランニング教室 バドミントン	23 ■勤労感謝の日	24 ラージボール卓球 フットサル教室 トレーニング教室	25 プール教室	26 スポーツサロン (GRAND・すばーくのみ) ヨガ教室
27	28	29 バドミントン	30 レクダンス教室 きっずたいいく教室	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～ ランニング教室…18:30～ バドミントン…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 フットサル教室…19:00～ 3B体操…9:30～
 プール教室…13:30～ スポーツサロン…13:00～

野外ステージで迫力のフラ披露

フラダンス教室



9月17日(土)、福島空港にて【空の日フェスティバル】が開催され、空港公園内の野外ステージではフラダンスサークル「リリア」(フラダンス教室参加者の皆さん)がダンスを披露しました。

楽器の演奏や他のチームのダンスが披露される中、リリアの皆さんもたくさんの観客とカメラマンを前に、名曲「涙そうそう」等に合わせ情感たっぷりに踊りました。

他のフラダンスサークルとも共演し、優雅でありながら迫力のあるステージを見せ、観客から喝采を浴びていました。



堂々のダンスを魅せるリリアの皆さん

小雨の中、元気に行進!

たまかわ

ルディックウォーキング

10月8日(土)、玉川村主催「スポーツフェスタ」との共同開催でルディックウォーキングを開催し、15名が参加しました。

小雨の中スタートととなりましたが、参加者はカッパを身に付け、たまかわ文化体育館周辺約4.4kmの道のりを歩きました。小高・蒜生地区の生活道路やあぶくま高原道路の跨道橋を渡るコースは、普段あまり通らない道で新鮮だと喜ばれました。

終始雨雲とにらめっこしながらのウォーキングでしたが、新しい玉川村の魅力に触れられたひとときでした。



雨の中おつかれさまでした!

