



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

スポーツくらぶ



No.138

元気! Genki!!

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

天気の良い日が続き、早くも夏の日差しを感じるようになりました。6月といえば梅雨入りが思い浮かびますね。雨や曇りのイメージ強いですが、雨と雨の合間に降り注ぐ紫外線量は真夏より多いといえます。また、6月は夏至(今年は6/21)もあり、太陽が出ている時間が最も長い期間でもありますので、外での活動は紫外線対策を忘れずに!

フットサル教室

通常は木曜日の夜に体育センターにて開催しているフットサル教室ですが、4月に新たにオープンした、「クックドームたまかわ」を利用して練習もしています。

室内とは違った開放的なドーム内で、人工芝でのボールの感触を確かめながらフットサルを楽しんでいます。また保護者もコーチとして参加しており父子のふれあいの場にもなっています。



スポーツサロン

☆6月の開放は25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
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

お知らせ 今年度よりテニスコートの開放は
おこないません。

☆毎週木曜日(6月は2・9・16・23・30日)

場所/時間	9:30~11:30
たまかわ文化体育館	ラージボール卓球(会員限定)

☆毎週火曜日(6月は7・14・21・28日)

場所/時間	19:00~20:30
たまかわ文化体育館	バドミントン(会員限定)

入会歓迎花見山ウォーキング

4月18日(月)、福島市花見山にて元気クラブ会員限定のウォーキングを開催し、39名の会員が参加しました。

当日の花見山は天候に恵まれて、青空の下ウォーキングすることができました。暖冬で開花が早まった影響か、桜は早々に散ってしまったようですが、菜の花やキクモモが満開を迎えていたり、普段桜の季節には見れない珍しい品種の花にも出会え、参加者の目を楽しませていました。




← 満開の菜の花に囲まれてパチリ

ウケドボ →
オのラ
ーが説
キン明
ン楽に
グし耳
くをガ
傾イ



★6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ります。			1 レクダンス教室	2 ラージボール卓球	3 3B体操 マキザップ	4
5	6	7 バドミントン 骨盤呼吸教室	8 きっずたいいく教室	9 ラージボール卓球 げんきUP教室 トレーニング教室 フットサル教室	10 プール教室 マキザップ	11 ヨガ教室
12	13	14 フラダンス教室 バドミントン 骨盤呼吸教室	15 レクダンス教室 きっずたいいく教室	16 ラージボール卓球	17 マキザップ	18 ヨガ教室
19	20	21 バドミントン 骨盤呼吸教室	22 きっずたいいく教室	23 ラージボール卓球 げんきUP教室 トレーニング教室 フットサル教室	24 プール教室	25 スポーツサロン ヨガ教室
26 ノルディック ウォーキング 6:20~	27	28 フラダンス教室 バドミントン 骨盤呼吸教室	29	30 ラージボール卓球		

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~ げんきUP教室…13:30~ フットサル教室…19:00~
 3B体操…9:30~ プール教室…13:30~ マキザップ…19:00~ 骨盤呼吸教室…19:00~ スポーツサロン…13:00~

施設愛護活動

5月14日(土)、施設愛護活動を開催し、元気クラブ会員をはじめ、スポーツ少年団の皆さん・保護者、各種団体等、約120人の方にご協力いただきました。

子供たちには村民グランド内の石拾いや草むしり、大人の方には管理棟の清掃や、側溝の土砂上げ、ベンチの清掃等をしていただき、とてもきれいになりました。

早朝にも関わらずご協力いただき
ありがとうございます!



月に1度のたまかわさんぽ♪
ノルディック
ウォーキング

参加者募集!

対象者：健康で完歩できる方 30名限定

開催日：日曜日 月1回

①6/26 ②7/24 ③8/21 ④9/25

時間：6：20受付開始(終了8：00予定)

集合場所：保健センター前駐車場

コース：村内2km程度

参加費：ポールをお持ちの方は無料

※ポール貸出料…◀1回▶200円

申込方法：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、電話で
お申し込みください。

★詳しくは回覧チラシにて!★

