



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

信じよう。スポーツの力を。

No.133

元気! Genki!!

totoo
FOR ALL SPORTS OF JAPAN

totoo info totooやBIGの収益は、日本のあらゆるスポーツに役立てられています。

事務局 玉川村公民館内 〒963-6312 玉川村小高字大谷地71 電話0247-57-4632 Fax57-4686

今年の12月は暖かい日が多かったように感じます。これから本格的な寒さを迎えますが、運動をする習慣を身に付けたり、冬だからできるスポーツを楽しみたいものですね。

元気クラブでは、1月末に『かんじきウォーキング』を開催します。子供から大人まで冬の自然を気軽に楽しめるスポーツですので友達同士や親子・多世代の交流にいかがでしょうか。

教室紹介 ランニング教室

ランニング教室は小学生以上を対象に開催しており、持久走や走るための基礎動作の練習を通して走る楽しさを学んでいます。

今年度は郡山市や鏡石町のマラソン大会にも出場し、それぞれ完走することはもちろん、自己タイムの更新を目標に頑張っています！



冬の間は室内で活動中です！

スポーツサロン

☆1月の開放は9日・23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

※冬季はテニスコート・村民グラウンドの開放はおこないません。

☆毎週木曜日(1月は7・14・21・28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(1月は12・19・26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)

かんじきウォーキング開催のお知らせ

真っ白な雪の上でかんじき(スノーシュー)! 冬にしかできない体験を・・・☆

開催日 **1月30日(土)**

場所 フォレストパークあだたら

対象 小学1年生以上の会員及び村民 定員20名
※小・中学生の場合1名につき保護者1名同伴

時間 たまかわ文化体育館 午前8:00出発

参加費 無料(ガイド料・かんじきレンタル料・温泉入浴料込)
※この事業は県民参画推進事業補助金により実施いたします。

申込 1/5(火)午前9:00より申込開始。

詳しくは元気クラブまでお問い合わせください。
または回覧のチラシにて



★1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 ■元旦 	2
3	4	5 トランポリン & マット運動教室 15:00~	6 トランポリン & マット運動教室 15:00~	7 ラージボール卓球	8 プール教室	9 ふゆヨガ教室 スポーツサロン
10	11 ■成人の日	12 フラダンス教室 ランニング教室 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 フットサル教室 トレーニング教室	15 3B体操	16
17	18	19 バドミントン	20 きつずたいいく教室	21 ラージボール卓球	22 プール教室	23 ふゆヨガ教室 スポーツサロン
24	25	26 フラダンス教室 ランニング教室 バドミントン	27 きつずたいいく教室	28 ラージボール卓球 フットサル教室 トレーニング教室	29 3B体操	30 かんじきウォーキング 8:00~
31						

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~ ふゆヨガ教室…9:45~
 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~
 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~
 ※12月~3月のフラダンス教室は文体内クラブハウスにて開催します。

3Bたいそう-南須釜区芸能祭-

11月22日(日)、3Bたいそう教室の参加者で南須釜区の芸能祭に参加しました。

他の参加者がカラオケや演奏を披露する中、「長生きサンバ」の音楽に合わせて3B体操を披露しました。“80なんてまだ若い♪”と前向きな歌詞が印象的で、親しみやすいリズムカルな振り付けと歌で観客の皆さんも一緒に手を振ったり、手拍子をしたりと会場全体一体感のある盛り上がりを見せました。



ラージボール卓球-村民卓球大会-

12月6日(日)村民卓球大会が開催され、いつもラージボール卓球に参加している16名が出場しました。

思いやり卓球(ラリー)の部では相手に合わせて長くラリーが続くように、ダブルスの部ではお互い点を取られまいと気迫る試合が繰り広げられました。

思いやり卓球(ラリー)の部

…石井 正登 さん
 矢吹 靖子さん ペア

ダブルスの部 …関根 一夫 さん
 矢吹 義隆 さん ペア

優勝おめでとうございます！



《問い合わせ先》 たまかわ元気スポーツクラブ事務局 (玉川村公民館内) ☎0247-57-4632