

たまかわ版「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

No.92

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0247-57-4632 Fax57-4686

しのぎがたい暑さに体調を崩されてはいませんか？夏バテにならないためにも規則正しい生活を心がけたいですね。そのためには軽く体を動かして汗をかくことも大切です。たまかわ元気スポーツクラブでは、ヨガやフラダンスなど負担の少ない運動もできます。興味がありましたらいつでもご連絡ください。

カローリング大会



7月22日にカローリング大会を開催し、参加者36名がテクニック・チームワーク・戦略を駆使して点数を競いました。一投するごとに歓声があがり、年層を超えて熱中しました。

スポーツサロン

☆8月の開放は25日(土)実施

※11日はスポーツサロンはありません

場所/時間	13:00~19:00
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
場所/時間	13:00~17:00
村民グラウンド	グラウンドゴルフなど
すばく玉川	ゲートボールなど
テニスコート	テニス
☆毎週木曜日(8月は2・9・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(8月は7・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)

二岐山登山



6月24日に天栄村・二岐山登山を行いました。台風の心配もありましたが当日は天候にも恵まれ、参加者13名、無事1544mを登頂達成できました。

山頂からは、遠くに猪苗代湖、360度に広がる山々、下には風力発電用の風車など、素晴らしい風景が広がっていました。帰りには天栄湯本温泉に浸かり、疲れを癒しました。

☆ 8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	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



17	金	健康たいそう教室 (3B体操)	(9:30~)
18	土	リサイクル工作教室	(9:30~)
21	火	ランニング教室	(18:30~)
21	火	パドミントン	(19:00~)
23	木	ホラーボール卓球	(9:30~)
25	土	スポーツサロン	(13:00~)
27	月	トレーニング教室	(18:45~)
28	火	フラダンス教室	(9:30~)
28	火	パドミントン	(19:00~)
28	火	ヨガ教室	(19:15~)
30	木	ホラーボール卓球	(9:30~)
31	金	健康たいそう教室 (プール)	(9:30~)

1	水	トランポリン&マット運動教室	(17:00~)
2	木	ホラーボール卓球	(9:30~)
3	金	健康たいそう教室 (3B体操)	(9:30~)
7	火	フラダンス教室	(9:30~)
7	火	ランニング教室	(18:30~)
7	火	パドミントン	(19:00~)
7	火	ヨガ教室	(19:15~)
9	木	ホラーボール卓球	(9:30~)
11	土	トレーニング教室	(18:45~)

リサイクル工作教室

参加者募集!

今年は牛乳パックを使って貯金箱を作ります。

夏休みの工作にピッタリです!

日時	8/18(土)
対象	小学生
参加費用	会員...200円 非会員...400円
場所	たまかわ文化体育館



用意するもの

・空牛乳パック 1ℓ 1本
(解体していないもの)



・ペットボトル 1本
350mlか500mlのもの
(くびれの無いもの)



・その他(装飾用に包装紙など)
以上を持参してください。

申込方法

参加ご希望の方はたまかわ元気スポーツクラブ事務局までお申し込みください。

たまかわ元気スポーツクラブ は今年度で10周年を迎えます。

これを記念いたしましてイベントを開催いたします。

開催日: 9月16日(日)

★ウォーキングイベント『たまかわウォーク』

★佐藤敦之選手講演会 &

佐藤敦之選手・美保選手による

ランニング教室

詳細は後日お知らせします。

都合により変更になる場合があります。
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!

《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

☎(57)4632



スポーツ振興くじ助成事業