総合型地域スポーツクラブ　NPO法人たまかわ元気スポーツクラブ広報

No.263
発行
2026/11/13

元気!Genki!!

回覧

スポーツくじ WINNER toto BIG

事務局　〒963-6312　玉川村小高字大谷地71(たまかわ文化体育館内)　電話&FAX　57-7313

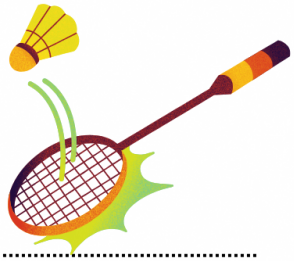
11月から、朝晩の冷え込みが厳しくなり、冬の訪れを感じる季節となりました。寒くなると体を動かす機会が減りがちですが、ウォーキングなど無理のない運動を続けることが健康維持につながります。外出時は暖かい服装を心がけ、体調に合わせて体を動かしましょう。今年も残すところあとわずか。元気に体を動かしながら、健康で楽しい年末をお過ごしください。

バドミントン冬季開催のご案内

12月から3月まで、バドミントンの活動時間が変更になります。
現在参加されている皆様は、下記の時間をご確認ください。

開催日：　毎週火曜日（12月～3月）
時　間：　19：30～21：00
場　所：　たまかわ文化体育館 アリーナ
その他：現在小学生の新規募集は停止しております。

※21：00完全退館にご協力をお願いいたします。



★毎週木曜日はラージボール卓球★
（会員・非会員）

12月は3日・10日・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1,000円または1回100円
　　(非会員)1回200円

★毎週火曜日はバドミントン★
（会員・非会員）

12月は1日・8日・15日・22日

場　所…たまかわ文化体育館
時　間…19:30～21:00
参加費…(会　員)年間3,000円または1回200円
　　(非会員)1回500円

湯ノ岳トレッキング開催しました



雨にあたらず登頂なるか！？

10月24日(土)、いわき市の湯ノ岳でトレッキングを開催しました。

当日は登山予定の時間帯だけ曇り、あとは雨という奇跡的な天気予報。標高600m弱とは思えない登りの連続に汗を流しながらも、途中で見えた太平洋の景色に癒され、参加者の皆さんと楽しく山歩きを満喫しました。また、「森の案内人」の方による植物ガイドでは、自然の新たな魅力を発見することができました。

今年はトレッキング事業のお天気3戦3敗。それでも、どんな天気でも笑顔で楽しんでくださる皆さんのおかげで、今年も楽しい山歩きとなりました。ご参加いただいた皆さん、ありがとうございました！来年も一緒に山を楽しみましょう！

★12月の元気クラブ予定表★

日	月	火	水	木	金	土
		1 ヨガ教室 バドミントン	2 レクダンス教室 げんきっず	3 ラージボール卓球	4 3Bたいそう教室	5
6	7	8 フラダンス教室 HAEH ランニング教室 フットサル教室 バドミントン	9 クリーンウォーク	10 ラージボール卓球 トレーニング教室	11 プール教室	12
13	14 クリーンウォーク	15 ヨガ教室 バドミントン	16 レクダンス教室 げんきっず	17 ラージボール卓球	18 3Bたいそう教室	19
20	21 クリーンウォーク	22 フラダンス教室 HAEH ランニング教室 フットサル教室 バドミントン	23	24 トレーニング教室	25 書き初め教室 9:00　就改 プール教室	26
29	30					

- フラダンス教室　9:30～
- HAEH　17:30～
- ランニング教室　18:30～
- フットサル教室　19:00～
- バドミントン　19:00～
- ヨガ教室　19:00～
- げんきっず　16:30～
- レクダンス教室　13:30～
- ラージボール卓球　9:30～
- トレーニング教室　19:00～
- 3Bたいそう教室　9:30～
- プール教室　13:30～



ご参加ありがとうございました！

ぐるっとクックちゃん マップチャレンジ初開催！

10月10日(土)



今年初開催となった「ぐるっとクックちゃんマップチャレンジ」は、村内の史跡や神社などのチェックポイントをチームで巡り、写真を撮ってポイントを競うイベントです。３時間の制限時間内に、効率よくポイントを目指すチームや、仲間との散策を楽しむチームなど、それぞれのスタイルで村巡りを満喫しました。

今年は村内外から15チーム、60名が参加し、玉川村の新たな魅力を発見する機会となりました。初開催で課題もありましたが、参加者の皆さんの笑顔に支えられ、無事に終了することができました。来年も村の魅力を再発見できるイベントを目指していきます。

事務局
〒963-6312　玉川村小高字大谷地71(たまかわ文化体育館内)
TEL＆FAX　0247-57-7313 平日8:30～17:15　定休 土日祝

HP　インスタグラム