

回覧「よさみ総合スポーツクラブ通信」

第65号 平成30年6月15日発行

☆第6回「鬼越“おにごえ”」記録会 (小垣江東小学校体育館にて)

元祖「オニゴエ」と「オニゴエ・ミニ」と「オニゴエ・6」も出来ました。
体力づくりOK!・反射神経の計測OK!・色々なスポーツに応用できます。

日時 7月28日(土) 午前 9時から12時まで

対象者 小学1年生から大人(年齢・性別の記録)

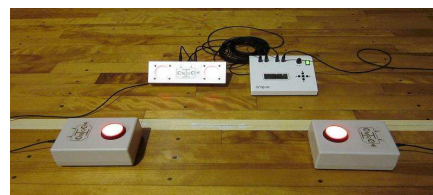
持ち物 体育館シューズ・汗ふきタオル・飲み物

内容「4m」の間を反復横とびで、5往復10タッチのタイムトライ!

「片手コース」・「両手コース」・「ランダムコース」

「1m」ピコピコトンカチで反射測定「ランダムコース」

「はつらつ君」で反射神経やボケ防止!



onigoe



☆夏本番。家の外に出る機会が増える今日この頃です。☆

ミササガパークやフローラルガーデンの新緑が、とてもきれいな季節です。

チョット身体でも動かしてみようかと思った時が、チャンスです。

事務局に電話をかけてみてください。それがはじめの1歩です。

クラブの特典は、年会費のみで、22講座のどの講座にも参加できることです。

自分のできる講座を選んで、いろいろな種目・いろいろな時間で、

みんなといっしょにいい汗をかいて、健康アップ・基礎代謝アップ・おまけにいい笑顔。



《 随時 全講座にて会員受付中 》

(個人) 年会費 6,000円+保険料(大人800円・小人400円)

(ファミリー)年会費 10,200円+保険料(大人800円・小人400円)×人数

30年度会員数 (6月10現在)

ファミリー 49家族 121名

個人 137名

合計 258名

《 参加するイベントの紹介 》

○ 毎月第4日曜日 am9:00~10:30 「ノルディクウォーキング」総合運動公園

○ 7月8日 スポーツふれあいday 東刈谷小学校 am9:30

○ 7月21日(土)「体力測定」総合運動公園・ウイングアリーナ・サブ am9:30~

○ 8月17日・18日「市民盆踊り・わんさか祭り・花火」総合運動公園

問合せ先 依佐美総合スポーツクラブ事務局

※ 台風・災害時の講座の有無。 090-6074-5178 刈谷市ホームページより検索

暴風警報・大雪・車の走行困難な時は、安全を最優先に考えます。特に夜間の講座は、早めに中止します。

台風・地震・大雨・などの災害時には「警報解除」2時間後に講座を開催します。2時間未満は中止します。

