



元気な笑顔
たらぎの力

あいあいスポーツクラブたらぎ通信 Vol.3 6月号

初夏の候、暑い日が続きますが皆様お体の調子はいかがでしょう？
全日本中学校陸上選手権（全中）の予選会を兼ねた第24回県中学校選手権が、7日、県民総合運動公園陸上競技場で行われました。多良木中学校の恒松里奈さんが、女子共通800メートルで2位になりました。また、標準記録の2分17秒50を突破し2分17秒42で全中の切符を手に入れました。素晴らしいですね！
どうぞ、健康管理に気をつけて全中（大分県）で頑張ってください。

7月の種目別日程

種 目	場 所	指導者	開催日	日にち
太極拳	武道館	倉原 クニ子先生	第2・4 金曜日 午前9時30分から	10, 24
3B体操 レクリエーションダンス	町民体育館	川口 伸子先生	毎週 水曜日 午後1時30分から	1, 8, 15, 22, 29
シルバーエアロビクス	交流館石倉	田崎 一美先生	第2・4 火曜日 午前9時30分から	14, 28
キッズエアロビクス	交流館石倉		第2・4 土曜日 午前10時から	11, 25
バドミントン	町民体育館	西 達彦先生	毎週 火曜日 午後7時30分から	7, 21, 28
卓球	町民体育館	西 辰郎先生	毎週 水曜日 午後7時30分から	1, 8, 22, 29
ダンス	交流館石倉	山本 矩子先生	毎週 木曜日 午前10時から	2, 9, 16, 23, 30
ニュースポーツ	町民体育館	尾方 誠也先生	第1・3 木曜日 午後7時00分から	2, 16
フットサル	総合グラウンド	吉田 悟先生	第1・3 火曜日 午後7時から	7, 21
ウォーキング	総合グラウンド(晴天) 町民体育館(雨天)	村山 直先生	第3 土曜日 午前10時から	11 (総合グラウンド)
陸上	多目的総合グラウンド	湯上 深先生	毎週 金曜日 午後6時30分から	3, 10, 17, 24, 31
ミニバスケット	黒肥地小学校体育館	那須 英文先生	毎週 木曜日 午後7時から	2, 9, 16, 23, 30
テニス	八日原 テニスコート	竹中 忍先生	毎週 日曜日 午前10時から	5, 26,
			毎週 土曜日 午後1時から	4, 11, 18, 25
フラワーアレンジメント	研修センター 中会議室	坂田 陽子先生	第2 火曜日 午後8時から	14
			第4 水曜日 午前9時30分から	22
ゴルフ	球磨ゴルフセンター	彌永 磨先生	毎週 土曜日 午後2時から	4, 18, 25
こけ玉と山野草	武道館駐車場	竹下 保正先生	第1 日曜日 午前9時から	5
野外活動	えびす広場ステージ	斉藤 哲男先生	午前9時から	20, 25 (サイクリング)

※町民体育館で行われる教室につきましては、**体育館シューズ**をお持ち下さい。

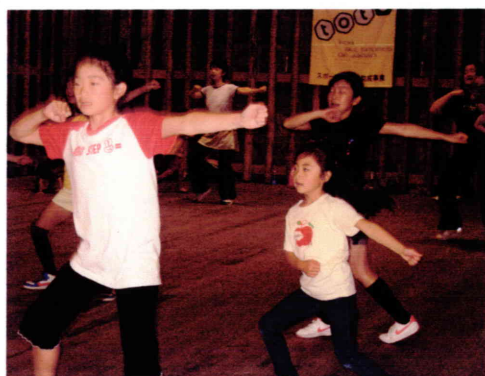
※暑い季節になりましたので、こまめに水分補給をおこない、脱水症や熱中症には充分気をつけて下さい。



スポーツ振興くじ助成事業



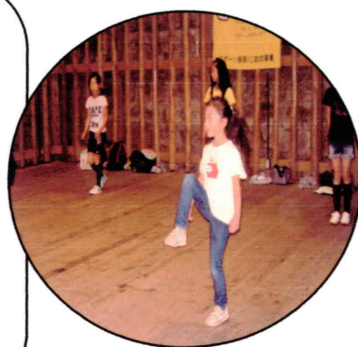
エアロビクス (キッズ、シルバー…共に元気いっぱい!!)



◎キッズエアロビクス教室は、今年4月より開設しました。

指導者は、田崎一美先生でみんな楽しくレッスンを行っています。出来なかったことが、出来るようになり喜びを感じています。

また、体を動かす楽しさを味わっています。



シルバーエアロビクス

◎シルバーエアロビクス教室は、最高年齢87歳の栃原さんを中心に平均年齢70歳、現在18名のメンバーで行っています。

私達は、大切な人生を仲良く、健康な体と若さを持ち続けることを目標に月2回のレッスンに励んでいます。



He-I!
1. 2. 3



日本3B体操・レクリエーションダンス



☆ベルを使っの雄大な踊り
を見てください!

◎日本3B体操・レクリエーションダンス教室は、“美しく年を重ねましょう”をモットーに柔らかな動きで、体の柔軟性や筋力をつけながら音楽に合わせて運動をしています。

☆有色ベルター☆
・全身の筋力トレーニングができます。



◎お知らせ
ゴルフ教室
・7月11日は球磨
郡民体育祭のため
お休みします。

◎日中の気温は高く、暑くなりました。
こまめに水分をおとり下さい。

