

# クラブ通信

NPO法人見附市総合型地域スポーツクラブ  
平成27年11月 NO.44



10月からスポーツ行事が続々！

## 10月4日(日) みつけウォーキングまつり



フィットネス講師たちと一緒に歩いて美しいウォーキングを学びながら、プライベートな話も出来ちゃう交流会！として「みつけウォーキングまつり」にご参加いただきました。

講師の先生方は準備体操から歩き方などレクチャー、その後、一般参加者と共に歩き、戻ってからは整理体操を兼ねた全身ジャンケン大会、抽選会の補助など大忙し、参加者の皆さんも楽しい一日を過ごしていただけたのではないのでしょうか？

## 10月10日(土)見附運動公園野球場



10月10日(土)見附運動公園野球場にて、巻チーム、五箇(五泉)チームを招き、硬式野球教室の生徒さんと練習試合を行いました。毎週練習、もしくは週3回練習しているチームとの練習試合でした。

10月24日(土)三条パール金属スタジアムにて、三条、長岡合同チームとの練習試合を行いました。

## 10月24日(土)三条パール金属スタジアム



雨の心配もありましたが、風が少し強めながらも晴れてくれました。

練習試合でも実際にボールに触れることで硬式のボールに慣れ、高校に行っても戸惑うことなく高校の部活に役立てていただけるのでは？と、関係者一同、期待しています。

今月、来月は見附高校の室内練習場をお借りして練習させていただきます。

## 10月25日(日) ネーブルみつけ



ネーブルみつけの「みんなの広場」のイベントで9月26日(日)のHIPHOP教室の発表の後を追って、チアリーディング教室も発表を行いました。日頃の練習の成果を発表しました。

7月から9月末までの総合体育館、武道館の耐震補強工事も終わり、あちこちの会場にちらばって行っていた教室も10月より総合体育館、武道館に戻り、開催させていただいています。「以前よりキレイになって使いやすくなった」「照明が変わって明るくなった。」などのご意見をいただいています。他の施設での教室にご参加の会員さん！総合体育館、武道館の教室のレッスンを受講してみませんか？最初の1回は無料です。(2回目以降は¥600となります。)ぜひご参加ください！

ご参加の際は事務局にご一報ください。お待ちしております。



## 来年度の教室

事務局では、来年度の開催教室の準備を現在、検討しています。  
会員の皆様、そして、現在会員でない皆様に楽しく参加していただくために、9月にお願いしたアンケートも考慮しながら、指導者や場所、時間、料金の選定など、様々な点から皆様に楽しんでいただけるような教室の設定を考えています。  
決定次第、お知らせします。現在会員の皆様の継続には優遇させていただき、ずっと、楽しい教室ライフを過ごしていただけるよう、設定したいと思います。  
28年度も皆様のご参加よろしくお願いたします。

## 12月12日(土)！ 総合型親善ボウリング大会 開催予定！

### ボウリングで交流をしませんか？

今年もクラブ会員限定のボウリング大会を開催します。  
参加申し込みは各教室にてお申込みいただきます。  
参加者全員に豪華景品がもらえます。  
参加資格は27年度会員様とそのご家族  
たくさんの方々のご参加をお待ちしています。

※当日、28年度の開催教室を発表させていただきます。  
その後、順次教室での発表となります。



## 寒くなってきたこの時期だからこそからだを動かしましょう！

最近、お休みの方が増えています。  
「寒くて出かけるのはちょっと～！」なんて人はいませんか？

寒い時期に身体を動かすことで、代謝が上がり、免疫力も高まり、病気に強い身体になります。

身体を動かさなかった自分と、しっかり身体を動かした自分を想像してみてください。

継続することで体調は良くなります。

## 健康で美しい身体で春を迎えましょう！



### 編集後記

皆様に喜んでいただけるような教室設定、時間設定が難しく、毎日、頭を悩ましていますが、体を動かしていないので痩せれませんね(T)