

# クラブ通信

№57



NPO法人見附市  
総合型地域スポーツクラブ

## 無料体験レッスンのお知らせ

平成30年度短期教室の無料体験レッスンを開催します。

3月11日（日）9：30～10：15 モーニングヨガ

日曜の朝に自分の身体と向き合い、姿勢改善と集中力アップ効果が見られます。

3月12日（月）18：35～19：20 骨盤呼吸体操

骨盤や身体のバランスを整え、動きやすい身体を作ります。

3月14日（水）10：30～11：15 おやこふれあい体操

親子で一緒になって楽しく身体を動かしてみましょ。

3月15日（木）13：30～14：15 やさしいステップ運動

ステップ台を使用して昇降運動を楽しく行います。初心者歓迎。

3月29日（木）17：00～17：45 競技にチャレンジ

バスケ・テニスなどのスポーツ体験を通じて、得意競技を見つけよう。



## スポーツ フェスタの様

2月4日（日）  
スポーツフェスタ開催しました。



カワイチャレンジキッズ



カワイチャレンジ



カワイ新体操



HIPHOP（発表）



ジュニアスポーツ  
万能教室

寒波の途切れた日曜日。スポーツ少年団の体験会と合同で総合型の子どもの教室の体験したり、ヒップホップダンスの発表を見たり、運動不足になりがちなこの時期に楽しく体験できたのではないのでしょうか？



# 平成30年度会員募集中！



平成30年度のお申込み受付は、3月23日(金)まで9:00~12:00 13:30~19:00まで行っています。おまけに年会費が500円引きになります。

平成29年度会員で、まだ迷っていらっしゃる方、お友達やご家族も一緒に参加したい方、お誘いいただいて是非、この機会にご入会下さるようお願いいたします。

※3月26日(月)より通常通り、9:00~12:00 13:30~17:00までの受付とさせていただきます。

尚、教室の見学、体験につきましては、必ず事務局までご連絡をお願いいたします。

## 講師派遣、承ります。



学校のイベント、授業、PTA行事、などはもちろん。少人数のお友達の集まりや、地域の子供会、老人会など、体を動かしてみませんか？個人レッスンを受けたいという方も大丈夫です。講師を派遣させていただきます。

まずはNPO法人見附市総合型地域スポーツクラブ（62-3661）総合体育館内までご連絡ください。

ご依頼者様のご要望に応えられるような運動を提供させていただきます。まずはご相談ください。

### 編集後記

今年の雪は異常でしたね。いつもだと20分で通勤できるのに1時間以上かかっても辿り着けない日が何日か続きましたが、前向きに「今がピーク、春は確実に近づいている。」と、自分に言い聞かせて過ごしました。

春になればまた、ポカポカした日差しに心もウキウキになりますよね？

事務局も少しメンバーが変わり、新しい風が吹いています。会員の皆さんはもちろん、市民の皆さんが楽しく元気に過ごせるよう、そして子どもたちからオリンピックを目指せるような選手を発掘、サポートできるような総合型を作っていく所存です。

平成29年度の教室も残り少なくなりましたが、楽しみながら平成30年度の教室もぜひ、ご参加いただきますようお願いいたします。迷った結果、継続される方は3月23日(金)までは年会費が500円引きとなります。よろしく申し上げます。(T)

