

## 8月20日のスポーツテストへ参加しよう!!

おおたまたまスポーツクラブでは、年に1回、自分の柔軟性や体力年齢がわかる機会を設け、健康維持に役立ててもらおう機会とするため、午前10時30分から村民体育館において、スポーツテストを実施します。

昨年もテストを受けた方は、前回の記録と比較ができますので、これからの体力づくりや、健康管理などに役立てられます。

また、初めての方は自分の状態を把握する良い機会となります。なお、当日は隣のグラウンドで恒例のマラソンソフトボール大会が行われておりますので、こちらにも参加し、ホームラン賞や、好プレー賞・珍プレー賞などの各種商品を得てください。

お昼は、手打ちそばや、きなこ餅の提供もありますので、こちらを目当てに参加いただいてもOKです。(写真は昨年の様子)



## ゴルフサークルコンペと教室のご案内

平成29年度第2回(通算33回)のコンペを下記の内容のとおり開催します。

初心者の方大歓迎ですので、是非この機会に参加してみたいかをご紹介します。



### コンペ案内

日時 8月27日(日)午前8時45分スタート  
(西⇒東コース)

※午前8時15分マスター室前集合

場所 大玉カントリークラブ

料金 10,000円(プレー費、食事、諸税込)

参加料 1,000円(賞品代)

参加資格 おおたまたまスポーツクラブ会員

申し込み 8月21日(月)まで、5組20名(先着順)

改善センター窓口へ申し込んでください。  
(TEL48-3139)

## 太極拳の体験教室を開催しました

3回コースで参加者を募集したところ、6名の参加がありサークルのメンバーと一緒に太極拳の実技を学びました。

きっかけは、「太極拳に興味があった」、「健康のため」などでしたが、実際にやってみたら、「体に良いような気がする」、「足腰が丈夫になりそう」、「筋肉に効く」、「体の基本を学べそう」などの声がある一方、「思ったより難しい」との声もありました。

今後は、4名の方が継続して活動を続けていきますが、太極拳サークルでは随時メンバーを募集しています。



## おおたまたまスポーツクラブ予定表 9月

種目	曜日	時間	活動日	場所
ヨガ	月	13:30~14:30	4日・11日・25日	改善センター
ソフトテニス	月	19:00~21:30	4日・11日・25日	村民体育館
太極拳	月	19:00~20:30	4日・11日・25日	改善センター
バドミントン	火	19:00~21:30	5日・12日・19日・26日	村民体育館
卓球	水	19:00~21:00	6日・13日・20日・27日	村民体育館
硬式テニス	水	19:00~21:00	6日・13日・20日・27日	村民テニスコート
吹き矢	木	13:30~15:00	14日・28日	改善センター
そば打ち	木	17:00~19:00	21日	改善センター
水中運動	木	19:00~20:30	7日・14日・21日・28日	村民プール
フットサル	金	19:00~21:30	1日・15日・22日	村民体育館
ソフトバレー	金	19:30~21:30	1日・15日・22日	村民体育館
水泳(小学生)	土	10:00~11:30	2日・9日・16日・23日	村民プール
料理サークル	土	13:30~	2日	改善センター
ゴルフ教室			9月は休み	舟山
その他	◆運営委員会(9月28日)			

◆チケット精算・・・水泳・ヨガ・料理(1回300円)、太極拳(1回100円)  
◆会員を随時募集しています。詳細については、下記にお問い合わせください。

## ~わたしたちの活動を紹介します!~



(吹き矢サークルの皆さん)

○このサークルに参加したきっかけは?  
友達に誘われたことがきっかけで始めました。

○楽しみにしていることや目標はなんですか?  
仲間とのコミュニケーションが楽しいです。健康維持のために続けています。肺活量が増え、元気いっぱいになりました。

○PRをお願いします  
毎月第2・第4木曜日に活動しています。興味のある方は、一度体験してみませんか。一緒に程良い汗を流しましょう!