

秋の前ヶ岳登山

去る10月16日(日)前ヶ岳登山がおこなわれました。午前7時30分改善センターに集合、車に分乗して出発。8時30分登山口へ到着し、登山を開始しました。熊笹の中を進んでゆくとブナ林になり、紅葉真っ盛りの中を一路頂上へと向かう、見通しの良いところへ着くと、目の前は絵に描いたような景色が広がります。頂上には、10時頃到着、風もなく穏やかな日だったので、180度のパノラマを楽しみながら、小前ヶ岳頂上より後方の前ヶ岳の途中まで行く参加者と、頂上で錦絵の中にいるような気分で時を過ごす方もおられました。改善センター帰着後、今年最後の登山ということで、参加者全員で反省会をおこない、次年度の希望や計画などを話し合うなど、それぞれ気持ちのよい1日を過ごしました。



山頂にて



山頂からの景色

スケート教室のご案内



12月23日(金・祝)
村民スケート教室を開催します。

寒い時期は運動不足になりがちです。友人、知人を誘って、また、お子さんと一緒に参加されては如何でしょうか?インストラクターによる指導がありますので、初めての方でも安心して参加できます。

改善センターから磐梯熱海アイスアリーナまで送迎がありますので安心して冬の1日を楽しんでください。



なお、詳細は後日各戸へチラシを配付予定ですのでご覧ください。

ソフトバレーボールサークルからのお知らせ

ソフトバレーボールとは、バドミントンのコートを使い、普通のバレーボールよりも大きく柔らかいボールを用いて行う4人制のバレーボール球技です。

ルールはバレーボールとほとんど同じですが、ネットは2メートルと低めなので身長の高い人でもスパイクが打てます。また、後衛の人でもアタックやブロックが出来る、体のどこの部分に当たって返してもOKです。

サークル活動は祝祭日を除く毎週金曜日の午後7時30分から9時30分まで村民体育館にて活動しています。

これから寒い時期に向かいますが、どなたでも気軽にできるソフトバレーボールをお勧めします。

おおたまスポーツクラブは、各サークル活動日にはいつでも、だれでも参加や、体験が出来ますので、体力維持や、仲間づくりにご活用ください。



おおたまスポーツクラブ予定表 2016年12月

日	月	火	水	木	金	土
				1 水中運動:村ブ19:00~20:30	2 フットサル:村体19:00~21:30 ソフトバレー:村体19:30~21:30 親子G教室屋運19:00~20:30	3 水泳:村ブ10:00~11:20
4	5 ヨガ:改セ13:30~14:30 ソフトテニス:村体19:00~21:30 太極拳:改セ19:00~20:30	6 バドミントン:村体19:00~21:30	7 卓球:村体19:00~21:00 硬式テニス:村テ19:00~21:00	8 水中運動:村ブ19:00~20:30 吹き矢:改セ13:30~15:30	9 フットサル:村体19:00~21:30 ソフトバレー:村体19:30~21:30	10 水泳:村ブ10:00~11:20 調理サークル
11	12 ヨガ:改セ13:30~14:30 ソフトテニス:村体19:00~21:30 太極拳:改セ19:00~20:30	13 バドミントン:村体19:00~21:30	14 卓球:村体19:00~21:00 硬式テニス:村テ19:00~21:00	15 水中運動:村ブ19:00~20:30 そば打ち:改セ17:00~20:00 (申込は1週間前一人1000円)	16 フットサル:村体19:00~21:30 ソフトバレー:村体19:30~21:30	17 水泳:村ブ10:00~11:20 運営委員会 (18:30~てらぐね)
18	19 ヨガ:改セ13:30~14:30 ソフトテニス:村体19:00~21:30 太極拳:改セ19:00~20:30	20 バドミントン:村体19:00~21:30	21 卓球:村体19:00~21:00 硬式テニス:村テ19:00~21:00	22 吹き矢:改セ13:30~15:30	23 天皇誕生日 フットサル:村体19:00~21:30 ソフトバレー:村体19:30~21:30 スケート教室 磐梯熱海アイスアリーナ	24 水泳:村ブ10:00~11:20
25	26 ヨガ:改セ13:30~14:30 ソフトテニス:村体19:00~21:30 太極拳:改セ19:00~20:30	27 バドミントン:村体19:00~21:30	28 仕事納め	29	30	31
				全	館	休
						館

*村体 村民体育館
村ブ 村民プール
村テ 村民テニスコート
改セ 改善センター
屋運 屋内運動場

※毎週土曜日の水泳教室は小学生が対象です。
11/30~12/6までふるさと美術展のため種目に
よっては改セが使えない場合があります。

水中運動、水泳、ヨガは講師の指導があり1回300円のチケット精算。
太極拳も同じチケット精算で1回100円(1枚)かかります。
チケットは事務局(改セ)かプールにてお求めください。
詳しくは事務局までお問い合わせください。TEL:48-3139
※各サークルとも会員証の提示が必要です。