

おおたまスポーツクラブ新聞

おおたまスポーツクラブには こんなサークルもあります!



そばサークルと調理サークルの紹介

そば打ちや調理が楽しめるのも、おおたまスポーツクラブの大きな特徴です。そんな2つのサークルについてご紹介します!



そばサークル

月1回(第3木曜日)活動しており、6月には山菜まつり、新そばのシーズンには新そばまつりを実施します。スポーツクラブ会長自らが先生を務めており、初心者からベテランまで、楽しく活動しております!



調理サークル

月1回(第1土曜日)活動しております。遠藤峰治商店様にご協力をいただき、主に魚の調理を行っています。魚の種類も月によって変わるので、今月はどの魚だろう?と考えるのが楽しみです!



場所は両サークルとも、改善センター調理室で行っております。体験や見学等も大歓迎ですので、興味のある方はお気軽にご連絡ください。お待ちしております!

新年挨拶

みなさん、新年明けましておめでとうございます。

2022年の干支は『壬寅(みずのえとら)』となっており、『厳しい冬を越え、芽吹き始め、新しい成長の礎となる。』という意味合いが

あるそうです。今年こそは厳しい冬にコロナ禍が落ち着き、様々な活動やイベントができる年になるといいですね!

スポーツクラブに少しでも興味のある方は、今年心機一転、おおたまスポーツクラブで運動習慣をつくりま

せんか?そして、その習慣がみなさんにとっての『新しい成長の礎』となるようにサポートさせてください!本年もよろしくお願いたします。



おおたまスポーツクラブ予定表2月

種目	曜日	時間	活動日	場所
ヨガ	月	13:30~14:30	7・14・21・28	改善センター
ソフトテニス	月	19:00~21:30	7・14・21・28	村民体育館
太極拳	月	19:00~20:30	7・14・21・28	改善センター
バドミントン	火	19:00~21:30	1・8・15・22	村民体育館
卓球	水	19:00~21:00	2・9・16・23	村民体育館
硬式テニス	水	19:00~21:00	2・9・16・23	村民テニスコート
スポーツウェルネス吹き矢	木	13:30~15:00	10・24	改善センター
そば打ち	木	16:00~18:30	17	改善センター
水中運動	木	19:00~20:30	3・10・17・24	村民プール
フットサル	金	19:00~21:30	4・11・18・25	村民体育館
ソフトパレー	金	19:00~21:30	4・11・18・25	村民体育館
水泳(小学生)	土	10:00~11:30	5・12・19・26	村民プール
料理サークル	土	13:30~	5	改善センター
ゴルフサークル	土	-	-	大玉カントリークラブ
ランニングクラブ	火	19:00~20:30	1・8・15・22	大玉中学校
	日	9:00~11:00	6・13・20	
その他	11日(金・祝) 建国記念の日 13日(日) スポーツ交流会(村民体育館)※村体協主催 19日(土) おおたまコミュニティ広場(第13回大玉村教育フォーラム) 23日(水・祝) 天皇誕生日・24日(木) 運営委員会			

- ◆チケット精算…水泳・ヨガ・料理(1回3枚)、太極拳(1回1枚)
- ◆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。

健康を目的としたスポーツ

とは?

『スポーツウェルネス吹き矢』



スポーツウェルネス吹き矢は、性別や年齢問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。腹式呼吸をベースにした『スポーツウェルネス吹き矢式呼吸法』が健康効果の秘訣です!

おおおたまスポーツクラブでもスポーツウェルネス吹き矢サークルが活動しており、吹き矢を始めてから健康になった!という方もいらっしゃいます。毎月第2・4木曜に改善センターで楽しく活動しておりますので、スポーツウェルネス吹き矢を通して健康になりませんか?体験や見学等、お気軽にご相談ください。



~恒例のクリスマス会~