



NPO法人（特定非営利活動法人）

赤べこトータルスポーツ

赤べこ通信 No.32

H30.11.20

～「第2回オープンラージボール卓球大会」開催～



10月20日（土）に第2回オープンラージボール卓球大会がB&G海洋センターで行われました。町内外から135名程参加頂き盛大に開催する事が出来ました。ペアの合計年齢ごとに119歳以下・120歳以上・140歳以上の区分に分かれ、男子・女子ダブルス、混合ダブルスで試合を行い参加者は気持の良い汗を流しました。参加賞には柳津産のにんにく、上位入賞者には柳津特産のお米やあわ饅頭、木工ゼッケンピンが贈られました。又柳津の野菜や柳津観光船のチケットが当たる大抽選会も行われ昨年に引き続き大好評の大会となりました。



～「わいわいキッズ教室」開催～



10月29日（月）ふれあい館ホールで講師に早川克先生（健康運動指導士）をお招きし開催しました。幼児から3年生の子供達が参加し、様々な道具を使ったトレーニングやゲームを通して気持ちの良い汗を流していました。

～「笑いヨガ西山教室」開催～

11月から12月にかけて公民館より受託を受け開催しています。11月5日（月）に第1回目の教室が開催されました。日本笑いヨガ協会認定・笑いヨガティーチャー池田登子（とこ）先生に実践を交えながら楽しく指導して頂き、大変好評でした。男性も女性も笑いが絶えず、本当に楽しく健康づくりが出来る内容となっておりますので皆さんお気軽にご参加下さい（参加無料）



笑いの効果は素晴らしい！！



事務局：柳津町 B&G 海洋センター 赤べこトータルスポーツ：鈴木・齋藤
TEL：0241-42-2246 FAX：0241-42-2546
HPアドレス：<http://www.aka-total2016.com/>
e-mail アドレス：info@aka-total2016.com

