

地域の和を広げよう！

NPO法人 特定非営利活動法人

# 赤べこトータルスポーツ通信



赤べこ通信 NO.60

7月号

## ～健康運動教室を開催～



毎月第1・3金曜日に開催しているミナクル健康塾は沢山の方に参加頂いております。又、7月20日(火)には柳津町シニアサークル養寿学園の軽運動の指導を行いました。テニスボール等を使ったトレーニングを行い、参加者は楽しく体を動かしました。



## ～卓球サークル～



毎週水曜日19時より開催の「卓球サークル」はシニアの方を中心に活動しています。ローテーションしながら楽しくラリーを続けたり、スマッシュを決め気持の良い汗をかいています。老若男女問わず、無理なく続けられるスポーツです。どなたでもお気軽にご参加下さい。



## ～小学校水泳教室のサポート～



7月も継続し、外部講師を招いて水泳教室のサポートを行いました。子供達は指導者の話をよく聞きながら、技術を磨く事が出来ました。



この事業は福島県スポーツ振興基金を活用しています。

事務局：NPO法人 赤べこトータルスポーツ（柳津町B&G海洋センター内）

TEL：0241-42-2246 FAX：0241-42-2546