

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.83

9月号

～卓球で楽しく健康作りをしませんか？～

毎週水曜日 19時より開催の卓球サークルは、学生から、シニアの方迄参加者が集いローテーションしながら楽しくラリーを続けています。試合形式も取り入れながらスマッシュを決めたり、気持ちの良い汗を流しています。卓球は誰もが、気軽に楽しく続けられるスポーツです。

ラケットやボールの貸し出しを行っていますのでお気軽にご参加下さい。



○お知らせ○

10月21日(土)に、海洋センター体育館でクラブ主催のオープンラージボール卓球大会を4年ぶりに開催致します。この大会は県内各チームより参加者が集い、ダブルスで順位を競います。ぜひ見学にお越しください。

～フラダンス新規会員募集中～

10月より、フラダンス教室の新規参加者を募集します。年齢・性別問わず、この機会にお気軽に始めてみませんか？ハワイアンソングを聞きながら優雅に体を動かすと運動不足の解消や体力の向上にも繋がります。まずは見学にお越し下さい。

○フラダンス教室 毎月第1・第3火曜日 19時～20時30分 ふれあい館

○フラダンス体験教室 毎月第2土曜日 14時～15時 ゆきげ館



ゆきげ館での体験教室は、椅子に座ったままでも楽しめます♪



この事業は公益財団法人福島県スポーツ振興基金を活用し活動します。

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