



チャレンジスポーツクラブいなかわ



平成28年1月1日号



あけましておめでとうございます

スポーツクラブ10周年記念

Tボール交流会 開催！参加者大募集！



前半スローエアロビックにて体幹トレーニング！
後半Tボールにて参加者全員で交流試合！



期 日 平成28年1月17日(日)

場 所 湯沢市稲川体育館

時 間 午前9時～12時(終了予定)

対 象 小学1年生～6年生(40名)

参加費 1人300円(保険含む)

持ち物 内ズック・水分補給飲料・タオル

指 導 日本エアロビック連盟・指導専門委員 篠原育子氏

全日本軟式野球連盟・公認コーチ 寒竹寿則氏

湯沢市稲川地域スポーツ推進委員



☆お父さん・お母さん！大人の方も参加大歓迎！

スローエアロビックで有酸素運動を取り入れリフレッシュしよう！

教室紹介①

ミニミニバスケットボール教室

期 日 通年

場 所 湯沢市稲川体育館

時 間 毎週月 午後7時～午後8時30分
毎週水・金 午後7時～午後9時

対 象 小学1年生～6年生

参加費 月謝制1,000円

持ち物 内ズック・水分補給飲料
タオル



お友達と楽しく仲良く練習！





教室紹介②

ジュニア野球教室

期 日 通年
 場 所 湯沢市稲川交流スポーツエリア
 時 間 毎週月 午後7時～午後9時
 対 象 小学1年生～4年生（男子）
 小学1年生～6年生（女子）
 参加費 月謝制1,500円
 持ち物 帽子・グローブ・水分補給飲料・タオル



野球の基礎を楽しく練習中！



教室紹介③

ヨガ教室

期 日 通年
 場 所 湯沢市稲川農村環境改善センターホール
 時 間 毎週月 午後7時～午後9時
 対 象 一般

参加費 月謝制2,000円
 持ち物 水分補給飲料・タオル・ヨガマット
 指導者の声：ヨガとは、調身・調息・調心を目的として無理なく実践できる心と体の健康法です。ヨガで心豊かに安らぎのある日々を過ごしてみませんか！



☆プチニュース☆

消防訓練

去る11月19日（木）
 湯沢市稲川交流スポーツエリアにて
 当日施設を利用していたクラブ会員の方々と一緒に消防防火避難訓練を行い、消火器の使い方を体験しました。



【問い合わせ先・申込先】

☆ チャレンジスポーツクラブいなかわ ☆
 湯沢市稲川交流スポーツエリア

〒012-0105 湯沢市川連町字大館中野87番地1

【開館時間】 午前9時～午後9時 火曜日休館日

【受付時間】 午前9時～午後5時 日曜・祝日・休館日除く

電話・FAX 0183-42-5060

<http://csc-inakawa.jp/>



ホームページ

検索は

