

子どもの教室&クラブ

ABCチャレンジ体操教室 小学3~6年対象

運動大好き、また運動苦手な子でも大丈夫！ゴルフやテニスなど色々なスポーツを楽しく体験しているうちに運動能力が上がります。

*ライフDAY開催日 月2回AM9:15~10:00 *体験もできます。
上履きをお持ちください。

中級者キッズ♡英語教室

少し英語が理解できるけど、もう少しレベルUPしたい方

ライフDAY開催日の月1回 AM11:00~11:40

場所 新利根運動公園 小体育館 小学生対象 定員10名

会費 体験教室1回500円 会費500円×残りの回数(初めての方は+保険代¥500)



教室&クラブには、会費がかかります。詳しくはお問合せください。

ライフDAY

ライフで、体を動かす場所をご用意しています。

卓球・バドミントン・輪投げ等。開催時間の好きな時間にきて色々な種目で体を動かしませんか。

*場所 新利根運動公園 体育館*持ち物 室内履き(スリッパ以外動きやすい靴)

*参加費 一人1回¥300(保険代込み)



ライフDAY開催日

1月14日 ABC・チャレンジ体操教室・英語教室

1月28日 ABC・チャレンジ体操教室

2月4日 ABC・チャレンジ体操教室・英語教室

2月18日 ABC・チャレンジ体操教室

編集後記

一年が始まります。またあつという間に春が来て夏秋冬と、年々早さを感じるの私だけ？一日一週間一か月、同じ事を繰り返して過ぎて行ってしまふ。また年の始めに何か新しいことに挑戦しようと、思い、またまた過ぎていく。まっ健康で同じ事ができている自分には褒めてあげたい。そう元気が一番、毎日を過ごせることに感謝。これでいいのかもしれない。なんか悟った？でもさ~と過ぎて行かないように、何かを始める勇気と一歩はいつでも持てるように、一年過ごして行きたいと思う。皆さんもよいお歳でありますように(^_^) S・O

問い合わせ先 総合型地域スポーツクラブ ライフスポーツクラブしんとね

ライフ専用携帯電話番号

080-3204-2462

ライフ専用アドレス

sougougata.lifesportsclub@gmail.com



回覧



ライフニュース 1月号 NO188

発行日 令和5年(2023)12月28日発行総合型地域スポーツクラブライフスポーツクラブしんとね



明けましておめでとうございます。

コロナ対策が緩和され、スポーツ生活環境、経済活動も元に戻り始めました。ライフのバドミントン、ウォーキング、テニス、ヨガ等も活発になり、ライフDAYのABC子ども教室にもたくさんの子供達が集まり、色々なスポーツに親しみ、楽しく活動しています。文化活動の子ども英語教室も参加者が増え、帰りには「see you!」と元気よく挨拶してくれます。小さな達成感が積み重なり、自信になってきているのでしようバスハイキングも始めましたよ。

これからも楽しい企画を考え、皆様のご参加をお待ちしています。

今年も皆様の健康とご活躍を祈念しています。

総合型地域スポーツクラブ ライフスポーツクラブしんとね クラブ長 大黒 徳貴

新しい年から何か始めませんか

大人の教室&クラブ

リラックス・ヨガ教室・・・毎月第1・3金曜日(変更有) AM10:00~11:30

ゆっくり体を動かして、心身ともにリフレッシュしませんか。

若い方から、60・70歳代の方もいらしてます。自分のペースで大丈夫ですよ。

指導者 伊東 美香 *ヨガ指導者資格全米ヨガアライアンス 200h・
*ヨガメソッド腰痛マネジメント資格習得

ウォーキングクラブ (ライフ指導者 立川 祐子)

寒くなると一人ではなかなか続かないので一緒に歩きませんか

毎週木曜日 AM10:00~11:30

集合場所 第1・3・5新利根公民館 第2・4根本四区共同利用施設

テニス教室 (指導者 横田 武)

指導者もと基礎から試合まで楽しく打ち合っています。

毎月2回・日曜日コース・水曜日コース(日水両方コース) AM9:30~11:30

バドミントンクラブ 初心者から経験者まで楽しくシャトルを追いかけています。

(ライフ指導者 大黒祥子) 毎週日曜日 PM14:00~17:00(時間変更有)

C&S バドミントンクラブ (指導者 椎名 光和) 毎週火曜日 AM10:00~12:00

