

クラブ会報

スポーツ振興くじ助成事業
スポーツクラブ多伎

2014年12月 発行 第7号

はじめに！！

皆さんこんにちは！スポーツクラブ多伎です。なかなか本格的に寒くならないな一なんて思っていたら急に寒くなり体調を崩してしまいがちですが、皆さんは風邪などひいていませんか？寒い時こそスポーツをして免疫力をUPさせましょう。

☆体力測定会☆

今年度2回目の体力測定会が10月26日（日）に多伎体育館で行われました。参加された皆さんは、日頃から何だかの運動をしている人もいれば、普段は全く運動をしないという人もいて自分の体年齢を確かめる良い機会になりました。1年に2回開催していますので是非たくさんの方に参加していただきたいです。



☆スポーツ吹き矢体験会☆

11月23日（日）に多伎コミュニティーセンターにてスポーツ吹き矢の体験会を開催いたしました。

出雲市のスポーツ吹き矢協会主催でこの日は31名の参加者で吹き矢を体験しました。多伎町の方たちはこの日が初めてで協会の方たちに吹きかた、作法の指導を受け吹き矢に挑戦しておられました。子供でも高齢者でも簡単にできるのがスポーツ吹き矢の特徴です。呼吸法により体が温まり健康にもよいとされています。スポーツクラブ多伎ではこの後も体験会を開催していこうと考えていますので是非ご参加ください。



12月スポーツ吹き矢体験会の日程

☆日時 12月13日（土）13:00～
12月21日（日）13:00～

☆場所 多伎コミュニティーセンター
2F視聴覚室

☆参加費 大人300円 小人100円

☆申し込み 当日受付でOKです

《スポーツクラブ多伎に関するお問い合わせ》

〒699-090 出雲市多伎町小田86-3

TEL/FAX (0853) 86-3766

スポーツクラブ多伎事務局

ボランティアネットたき内

Eメール supotaki@icv.ne.jp