

イベント紹介

「早朝グランドゴルフ大会」



6/16(日)

大会には13チーム、約60名が参加しました。ルールは、アウト・インの計16ホール。各自のスコアをチーム単位で集計し、総合スコアの最小チームが優勝となります。親睦も深まりました。

成績結果

優勝 仲良しチーム 3位 細目Cチーム
2位 和知Aチーム 3位 竹井チーム



6/30(日)

「ソフトバレーボール大会」

大会は、男女混合のトリムの部に4チーム、レディースの部にも4チームが参加、交流を目的に8月まで熱戦が繰り広げられます。

(結果は次回会報誌にて)

80歳を過ぎても週に2回は体を動かそう!

□平成25年度 802会員数

会 員 区 分	会員数
一般会員(高校生以下)	69
一般会員(大人)	331
正会員	27
賛助会員	14
合 計	441

□年代別表

区 分	人数	区 分	人数
園児・小学生	63	40代	30
中学生	6	50代	62
高校生	0	60代	113
20代	4	70代	94
30代	7	80代	23

□教室別 ※前期スポーツ教室(4月～9月)に参加している皆さんです

教室名	教室生	教室名	教室生	教室名	教室生
ヨガ錦津	27	フィットネスエアロ	25	キッズダンス(幼児)	21
ハワイアンダンス	14	りらくすヨガ 八百津	18	キッズダンス(小学生)	22
太極拳	8	りらくすヨガ 和知	14	美Bodyセラピー	22
ベリーダンス	16	らくらく八百津	14	さわやか元気塾	15
スマイルエアロ	18	らくらく錦津	18	太極拳 東部	8
ヘルシー体操	44	らくらく和知	12	ソフトテニス	21
シルバー元気塾	43	らくらく潮南	23	卓球	21

(H25.6月末現在)

教室紹介

美Bodyセラピー➡

会場 錦津公民館
日時 毎週火曜日 午後7時30分～

○すっかり私ハマってます。いい運動です。
○呼吸をしている感覚がとてもわかります。



← 太極拳 東部

会場 久田見環境改善センター
日時 毎週水曜日 午後7時30分～

○こちらは「太極剣」と言います。決まっていますね。
○姿勢や体のバランスがとても良くなりました。



講師紹介

当クラブの教室講師を紹介します。
皆様よろしくお願いします。

①氏名 ②住所地 ③教室名
④趣味 ⑤抱負

こ ゆ き
① koyuki 先生
② 可児市在住
③ 美Body セラピー
④ 食べること、ママチャリレースに仮装して参加することです。
⑤ 夏場はヒップホップ系ダンスやラテンエアロの有酸素運動で、あなたの体を燃焼させます。ついて来てね!



さ か い ひ さ こ
① 坂井 久子 先生
② 富加町在住
③ らくらく八百津、らくらく錦津、らくらく潮南(3教室)
④ よさこい踊り、パソコンいじり、手話歌ですね。
⑤ 年を重ねるにつれ運動、笑い、会話が大切になって来ます。この教室でお役に立てれば嬉しいです。

