

スポーツ

発行元：
総合型地域スポーツクラブ
かしま元気スポーツクラブ
平成26年8月1日発行

《スポーツ振興くじ (toto) 助成事業》

ボクササイズ

参加者募集!

今年度もボクササイズを開催します！
初心者でも大丈夫♪相双アマチュアボクシング協会の皆さんにボクシングの動きを取り入れたエクササイズをやさしく楽しく教えていただけます。
みんなでやれば楽しくエクササイズ出来ます。お友達も誘ってご参加下さい(≧▽≦)

日時 **9月3日(水) ~ 10月1日(水)**
午後7時~9時 ※毎週水曜日、計5回、各2時間

場所 千倉体育館
対象 小学生 ~ 大人



参加費 中学生以下 無料
かしま元気スポーツクラブ会員 2,000円
// 非会員 3,000円

募集人数 50名程度

申込方法 千倉体育館にて専用の申込用紙をお配りいたします。
必要事項をご記入の上、参加費を添えてお申し込み下さい。



これからバドミントンを始めたい方にお勧め!!

一般対象 初級バドミントン教室

何かスポーツを始めたいと考えている方、バドミントンを初めてみませんか？
バドミントン初心者でも、基礎から楽しく覚える事が出来ます。
大人の方を対象とした教室です！この機会にぜひ、ご参加下さい。

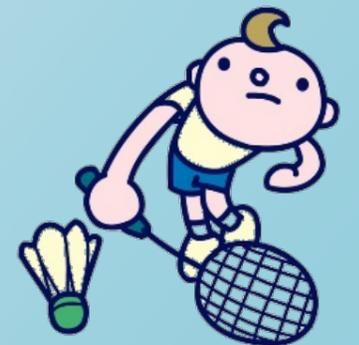
👍日 時：**9月1日(月) ~ 10月6日(月)**
午後7時~9時 ※毎週月曜日、計6回

👍場 所：千倉体育館
👍対 象：一 般 (大人の方)



👍参加費：かしま元気スポーツクラブ会員 2,000円
" 非会員 3,000円

👍募集人数：18名程度
※定員になり次第〆切



👍申込方法：千倉体育館にて専用の申込用紙をお配りいたします。
必要事項をご記入の上、参加費を添えてお申し込み下さい。



お申込み・お問合せ先
かしま元気スポーツクラブ
〒979-2335 南相馬市鹿島区鹿島字北千倉20番地
電話：0244-46-1215 FAX：0244-26-3244
E-Mail：kashima-sports@nifty.com URL：http://kashima-sports.com/



QRコード

スポーツクラブ活動報告

北上山地の最高峰！ <スポーツ振興くじ (toto) 助成事業> 早池峰山登山に行ってきました

7月8日、スポーツ振興くじ (toto) の助成を受け、今年度初めての登山教室を開催しました。

今回挑んだ山は、岩手県の北上山地の最高峰、早池峰山 (1,917m)。ハヤチネウスユキソウなど固有種の草花で有名な百名山の一つです。

今回の早池峰山登山には、市内外より22名が参加し、初夏の自然を楽しみながら山頂を目指しました。

小田越登山口から出発し、同じ登山口へ戻るというコースで登山を行いました。



ハヤチネウスユキソウ



早池峰山の森林限界を超えると、険しい岩場が顔を出し、少し登りにくくなりましたが、参加者の皆さんは元気に山頂を目指しました。

途中には、早池峰山固有種のハヤチネウスユキソウが丁度見ごろを迎えており、美しい光景に歓声が上がりました。その他にもナンブトラノオなど様々な花々が咲いており、疲れが癒されるようでした。

途中には岩場を梯子で登る難所もあり、全員での登頂とはなりませんでしたが、最高の天気にも恵まれ、ケガもなく楽しく登山が出来て満足していたようでした。今月は、日本で14番目に高い、御嶽山に挑戦してきます。



私達はかしま元気スポーツクラブを
応援しています！

安全・安心なお水を届けます

クリクラ相馬

鹿島区鹿島字北畑 130-6
☎0120-4032-99
☎0244-46-5532
E-Mail souma@crecla.jp

夢のトラックボデーを
創ります

(有)栄進ボディ工業

三重県津市雲出伊倉津町 1322-1
電話 059-234-5073

ドライアイスはおまかせ！

堀川冷菓店氷販売所

鹿島区江垂字広町 59-1
電話 0244-46-4362

豊田珠算塾 右脳開発！

・鹿島教室 (鹿島小北側)
・上真野教室 (浮田公会堂隣)
鹿島区浮田字野中 385
電話 0244-46-3876
090-8255-6679

ひかりの森 整体院

鹿島区永渡字西永渡 72-2
電話 090-6223-0328

無料体験実施中！
専属のインストラクターがご指導します

スポーツジム「歩み」

鹿島区寺内字八幡林 202-2
電話 0244-26-5705
<http://www003.upp.so-net.ne.jp/sportsgym-ayumi/>

新築～リフォームまで

佐藤建築

佐藤 宏
鹿島区寺内字権現沢 105
電話 0244-46-2816
090-1932-7389

オフィスワークのお手伝い

(有)マルショウ事務機

鹿島区横手字町田 25
電話 0244-46-5491
E-Mail maj.88@joy.ocn.ne.jp

(株)昭和観光バス

原町区下太田字川内迫 163-1
電話 0244-23-1156
FAX 0244-23-0301

(有)タカクニスポーツ

相馬市中村字新町 182
電話 0244-35-4254
FAX 0244-35-5577

スポーツ用具、用品の事なら是非！

(有)ワールドスポーツ

原町区本町 1-61
電話 0244-24-0496
FAX 0244-23-2320

チエダスポーツ

相馬市中村字川原町 84-2
電話 0244-36-3713
FAX 0244-36-4017

※先月発行しましたスポつう第24号 (7月1日号) において、佐藤建築さんの電話番号標記に誤りがございました。訂正してお詫び致します。



お申込み・お問合せ先
かしま元気スポーツクラブ
〒979-2335 南相馬市鹿島区鹿島字北千倉20番地
電話：0244-46-1215 FAX：0244-26-3244
E-Mail：kashima-sports@nifty.com URL：http://kashima-sports.com/



QRコード