

# スポーツクラブ キララ☆通信

平成27年  
4月号

日を追うごとに暖かくなってきました。運動を始めるにはちょうどいい時期です。  
キララ☆の活動を通して運動を始めた方も増えてます。  
多くの方との交流を楽しみながら、自分のペースで楽しく運動を始めて行きましょう。



## 5・6月の定期教室のご案内

～運動の機会はキララ☆にあります～

教室名	開催日	時間	場所	参加料	内容
陸上クラブ	毎週水曜日	18:30 ～ 19:30	町民スポーツ センター前 集合	無料 (会員のみの 活動です)	健康増進、持久力向上を目指し、一緒に走りませんか。 (参加対象は中学生以上の方となります。)
書道教室	第2、4 土曜日	8:30 ～ 10:00	中部地区 公民館	会員1回 500円 非会員1回 800円	実践に役立つ、つけ、とめ、ほらいを身につけます。精神の鍛錬にもなります。
キララ☆ スポーツの日	毎週土曜日 ・5月 2日 ・5月30日 はお休みです	19:00 ～ 21:00	町民スポーツ センター 体育館	会員 1回100円 非会員 1回200円	卓球、バドミントン、バスケットボール、ニュースポーツ・・・ 週末は気持ちいい汗を流そう
エアロビクス 教室	第3火曜日  1月までの 開催です。	19:00 ～ 20:00	西部地区 公民館	会員1回 300円 非会員1回 500円	今年度も開催します！ 音楽に合わせた1時間の有酸素運動です。 シェイプアップ、ストレス発散を目的としております。
ピラティス 教室	①第1金曜 ②第3土曜 ③第4水曜 12月までの 開催です。	①19:00～ 20:30 ②18:30～ 20:00 ③19:30～ 21:00	①中津川地区 公民館 ②中部地区公民館 ③東部地区公民館	会員1回 500円 非会員1回 700円	体の奥の筋肉をしなやかに整えます。 タオル(小さくて可)ご持参ください。
スピード ミント ナイト	6月 2日 16日 7月 7日 28日 (火曜日)	19:30 ～ 21:00	町民スポーツ センター 体育館	会員1回 500円 非会員1回 1000円	昨年度より開催しました。 ドイツ発のニュースポーツ ネットのないバドミントンをイメージください。 日本でも数少ない 貴重な教室です。

ごれんらく

クラブの安定した運営に向けた財源確保を目的に  
参加料が一部値上げとなりました。  
ご理解のほど、よろしくお願いたします。

5月10日は白川ダム湖畔マラソン大会  
キララちゃんも参加します

# トレッキングクラブ 年間活動予定が決定しました

5月26日(火) 県民の森～富神山  
 6月16日(火) 温身平  
 7月 5日(日) 吾妻山  
 8月21日(金) 小野川湖畔(福島)  
 9月29日(火) 安達太良山  
 10月20日(火) 村山葉山  
 11月 4日(水) 神通峡  
 ※すべて参加者企画の内容です。



昨年度トレッキング活動に参加頂いた方で集まり、今年度の活動予定を決定しました。トレッキングクラブは4年目の活動に突入しました！満足度の高い活動を展開しております。初めての方も一緒に活動してみませんか。キララ☆を通してトレッキングを始めた方もたくさんいます。



参加希望の方は

- ①キララ☆会員へご入会下さい。
  - ②トレッキング事務手数料1,000円を納入ください。
- ※入会申込書はスポーツセンターに準備しております。

## スポーツ少年団 合同入団式 行いました 4月12日



入団者134名(4月10日現在)  
 1年間、楽しく活動していこう！



指導者のみなさんです。



各キャプテンによる  
 団員宣誓



入団式後は、体力テスト

今の体力を確認しました。

平成27年度 賛助会員 4月16日現在

いとう印刷 (株)梅津商店  
 お食事処・民宿 おじか 農家レストラン エルベ  
 添川温泉 しらさぎ荘 焼肉 夕月  
 上田スポーツ店 船山印刷  
 (株)香月 来ヶ軒

お問い合わせ先

飯豊町町民スポーツセンター内  
 いいでスポーツクラブ キララ☆  
 事務局(72-3086)  
 担当 長岡まで



スポーツ振興くじ  
 活動助成事業

いいでスポーツクラブ キララ 検索してね

今年度も、楽しい内容を企画していきます！