



会員数 149名
H23. 11. 10 現在

羅臼スポーツクラブ らいず

<らいず事務局>

住所：羅臼町栄町102番地
羅臼町民体育館内
TEL：87-2408
FAX：87-2477
E-mail：rausu.rise@gmail.com
H P：http://rise.michikusa.jp/

みなさん、こんにちは！らいずです。

朝夕が肌寒い季節となりましたが、お変わりはありませんか。月並みですが秋と言えばスポーツですね。まだ、らいずの活動に参加されたことのない方も、毎週土曜日はミニテニスとバドミントン、ラージボール卓球の定期活動を町民体育館で行っていますので、参加してみたいはかがですか？



このチラシは、スポーツ振興くじtotoの助成を受けて作成されています。

運営委員記録

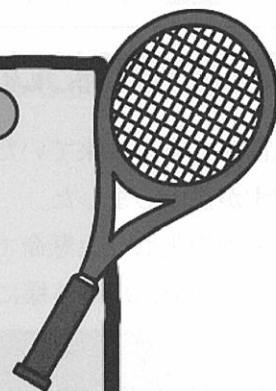
S-1のミニテニス交流大会

～釧路根室管内交流ミニテニス大会に参加して～

開催日：9月23日(金)

会場：釧路湿原の風アリーナ

こんにちは、みなさんお久しぶりです。S-1です。9月23日に釧路の湿原の風アリーナで行われた釧路根室管内交流ミニテニス大会に、僕を含めたらいずのメンバー8人で参加してきました。らいずの活動ではすでにおなじみのミニテニスですが、恥ずかしながら僕はこの時が2回目のミニテニスでした・・・。経験はありませんでしたが、僕もまだ若いので体力だけで結構上位を狙えるだろうと思っていました。しかし、現実はその甘くなく、ご高齢の参加者も多かったのですが、その技術たるやすさまじかったです。僕みたいな素人はコテンパンに叩き潰されてしまいました。非常に悔しかったので来年は、もっと技術を磨き、絶対に優勝したいと思います。(Y田S-1)



らいず活動近況報告!!

羅臼湖トレッキングツアー 7/24 (日)

中学校以来で、ちょっぴり不安でした。当日はあいにくの曇り空で途中から雨が降りましたが、木々の中を歩いたり、足元に小さな花が咲いていたり、残雪もあったり、とても気持ち良かったです。羅臼湖に到着して湖を見ながら一休み。静けさの中で小鳥の声を聞きながら楽しみました。家に着いても疲れも無くとても清々しい半日を過ごしました。

このツアーに感謝です。(平原英雄)



アロマ石けん教室～親子石けん～ 7/27 (水)

【楽しかったこと】

みんなでアロマ石けんの型抜きが楽しかったです☆

【難しかったこと】

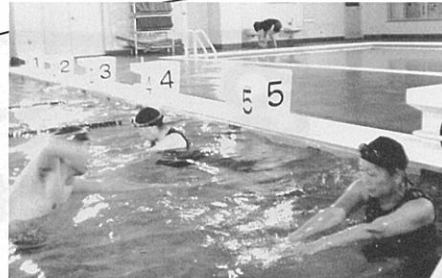
アロマ石けんの作る時に、こねる事が難しかったです。(汗)

(長川彩)

今更だかど…泳げるようになりたい人の水泳教室 8/17 (水) ～5日間

水に浮く事は出来ていたのですが、クロールの基礎を覚えたくて70代の私ですが挑戦しました。

二人の先生も一生懸命で5回の日程が終わる頃には上手、下手は別としてクロールの形が出来る様になったと思います。(山下文子)



チャレンジ! 羅臼岳登山 8/21 (日)

私は初めて羅臼岳を登りました。色々な花やリスを見たり羅臼平でおにぎりを食べました。天気は晴れていたけど、頂上は曇りで綺麗な景色が見られなかったのが、機会があったらまた、挑戦したいです。(丸山弘夏)

秋のスポーツ祭～大運動会～ 9/25 (日)

私はパン食い競争で1位になりました。「うれしいなあ」と心の中で思いました。私は白組で最後は負けましたが、力いっぱいやったので勝ちです。バーベキューでお肉と焼きそばを食べて美味しかった! 楽しい運動会でした。(むらいめばえ)



会員限定 秋のパークゴルフ交流会 9/11 (日)

年に2回のパークゴルフですが、今回はホールインワンも出せて、とても楽しかったです。次回は優勝を目指して頑張ります。(浜屋修司)