

らいずからのお知らせ



《 健康ヨーガ教室 時間変更のお知らせ 》

1月から3月までの冬期間、毎週木曜日らいず健康ヨーガ教室の

第1部は**13:30**からスタートとなります。

尚、新年1回目のヨーガ教室は **1月12日(木)**です。

『健康ヨーガ教室』はいつでも、無料体験受付中！12月から始めた会員さんもいらっしゃいますよ。1月から新たな気持ちで新しいことに挑戦してみませんか？運動不足解消にも最適！！



定期活動『ミニ・バド・ラー』 「月曜日」もやります！！

毎週土曜日午後7時～8時30分まで開催している定期活動『ミニ・バド・ラー』。ジャージに運動靴さえあれば、誰でも気軽にミニテニス・バドミントン・ラジボール卓球が楽しめる定期活動ですが、

平成24年1月～3月までの3ヶ月間は、
毎週月曜日と土曜日の週2回、午後7時～8時30分まで
町民体育館にてらいず定期活動を行います。

尚、月曜日については、体育館割の都合上コートは半面のみ
となりますのでご了承ください。

※新年1回目の定期活動は**1月14日(土)**、16日(月)もやるよ！



申し込み殺到！ コーディネーショントレーニング 親子体験会 & 指導者学ぶ会

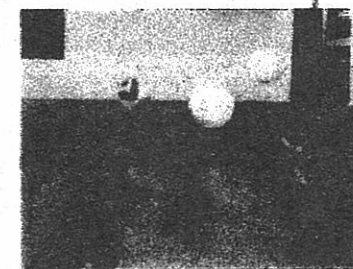
1月14日(土)開催の上記研修会。各種目のスポーツ少年団に所属する親子や運動が苦手なお子さんがいらっしゃる保護者の方、また、学校の先生やスポーツ指導者の皆さん、ご自身が熱心に運動に取り組んでいるという漁師さんまで、幅広い方々から多数お申し込みを頂いております。ありがとうございます。

申込み〆切日は設けておりませんが、それぞれ定員になり次第〆切とさせていただきます。

(定員：体験会30組、学ぶ会40名)

NPO日本コーディネーショントレーニング協会から専門講師をお招きしての、貴重な研修会です！

興味のある方はこの機会に是非ご参加ください！



年末年始休業のお知らせ



今年も「羅臼スポーツクラブらいず」の活動にご参加・ご協力頂き、ありがとうございました。心から感謝申し上げます。

らいず事務局は下記の通り、年末年始休業を頂きますので、ご了承ください。尚、各種お申し込みも休業中は受付できませんので、ご注意ください。

事務局年末年始休業：**12月29日(木)午後～1月5日(木)**

＜お問い合わせ＞

羅臼スポーツクラブらいず事務局（町民体育館内：87-2408）

皆様、どうぞ良いお年をお迎え下さい……



このチラシはスポーツ振興くじ助成金を受けて発行しています