

ゆ ら り 遊 楽 里 通 信

Vol. 6

クラブ事務局よりおしらせ

阿蘇市総合型地域スポーツクラブ

第2回火の山スポーツクラブ会員交流会の開催のお知らせ

日 時 平成21年8月30日(日) 午前9時より
 ※クラブ事務局へ参加申込みが必要となります。締切8月7日まで!(申込書は別紙のとおり)
 会 場 かんぼの宿阿蘇(阿蘇市一の宮町宮地5936)
 内 容 パークゴルフ、雨天時はビーチボールバレー、バーベキュー、バザー、わた菓子など
 参加費 中学生以上 1,500円(バーベキュー代含む)
 小学生 1,000円()
 幼児 無料

昨年も大好評でした!ふるってご参加ください!



ウォーキング教室より 7月~9月のウォーキング教室は



火の山スポーツクラブフットサル体験スポーツ教室が阿蘇の司ビラパークホテル内アソビーゴにて開催されました。指導者には、アソビーゴのスーパーアドバイザーの吉野貴彦氏(ブラジル・サンパウロ州プロサッカー協会コーチ)により様々な内容の指導がされました。基礎から、遊び、技術、など様々な指導をしていただいた吉野氏(写真左)、魅力的です。



火の山スポーツクラブノルディックウォーク体験スポーツ教室が農村公園あびかで開催中です!

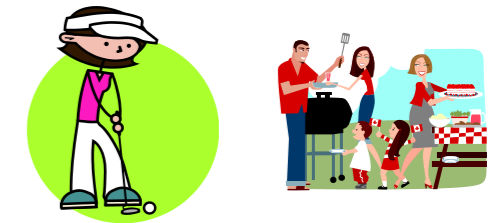
指導者には、阿蘇ネイチャーランドの坂田英樹氏(日本ノルディック協会公認インストラクター)による指導が行われております。まだ若干名の参加が可能ですので、参加されたい方はクラブ事務局まで御連絡ください。全身を使ってのウォーキング。試してみる価値



ゴルフ教室より

1. 火の山スポーツクラブ男女ペアーマッチの開催

期 日 : 7月12日(日)
 場 所 : 阿蘇グランヴィリオホテルゴルフ場
 時 間 : 9時41分 西コーススタート 15組予定(60名)
 プレー費 : 7,000円 食事別 セルフカート付
 会 費 : 5,000円(コンパ、賞品代含む)
 表彰式及びバーベキュー場所 : ふれあい農園 17時30分から バーベキュー及び出張居酒屋予定
 申込み期限 : 7月3日(金)までに ゴルフ教室指導者 森繁博まで連絡ください。090-3661-8171(携帯)



2. 火の山スポーツクラブ 火の山スポーツコンペの開催

期 日 : 8月10日(月)
 場 所 : 阿蘇ハイランドゴルフコース
 時 間 : 9時03分 OUT/IN同時スタート 10組予定
 プレー費 : 6,650円 食事付
 申込み期限 : 7月31日(金)までに ゴルフ教室指導者 森繁博まで連絡ください。090-3661-8171(携帯)



ピラティス教室より

気まかにリフレッシュ! Vol.1の開催(現在受付中)

身体の内と外から綺麗になりませんか? ピラティス・ランチ・温泉の3つをセットにした企画です。まだ定員に余裕がありますのでどうぞお申込みください。

期 日 : 7月14日(火)
 場 所 : 阿蘇グランヴィリオホテル
 時 間 : ④11:00~ピラティス・ランチ・温泉、⑤11:30~ランチ・ピラティス・温泉、⑥12:30~ランチ・ピラティス・温泉
 ④~⑥のコースのいずれかをお選びください。レッスンのみ2回受けたい方はプラス1,000円頂きます。
 料 金 : 2,500円
 申込み期限 : 7月10日(金)までにクラブ事務局(阿蘇市教育委員会社会体育係)にご連絡ください。
 ※上記料金をご持参のうえ、クラブ事務局にお申込みください。
 用意していただくもの: ヨガマット(無い場合はバスタオル)、お水(500ml程度)、動きやすい服装
 講 師 : ピラティス教室指導者 原部静子



学校で、職場で、家庭で、話のネタに! ~ゆらり雑学コーナー~

扁平足が疲れやすい理由は?

土踏まずが無いのを扁平足という。人間の足を土踏まず側から見ると、アーチ型になっている。このアーチが崩れているのが扁平足の人、体重が足裏にかかる負担が大きくなるから疲れる。歩行するには、弓なりのアーチ型のほうが強いのである。青竹踏み

虫歯はなぜ夜中に痛むのか?

不思議なことに、虫歯は夜に痛み出しますよね。まず一つが、寝る前は身体を動かさないで意識が敏感になっているため。もう一つが、布団の中は暖かく、血行が良くなり歯髄が充

デパートの1階に化粧品売り場が多いのはなぜ?

1階の花形の売り場は利益率が高くないといけな。化粧品売り場の女性はほとんどが化粧品会社の社員なのでパート側から人件費を払わずに済む。なおかつ品物は小さく、高い商品なのでたくさん品を並べられるから化粧品売り場

キューピーマヨネーズ

キューピーマヨネーズは皆さんご存知です。私は大好きです。キューピーマヨネーズは、「キューピー(株)」ではなく、『キューピー(株)』で、ユの文字が大

手術のときの白衣はなぜ緑色?

手術中に赤い血液を見続けていると、目の網膜に焼き付いてしまい、白いものを見たときに赤の反対色の緑の残像が見えてしまう。それで壁や白衣を緑色にしたとのこと。あと、患者や医師

スパルタ教育の語源とは?

ギリシャの文明古代国家スパルタでは、男子は幼少期から親もとを離れ体育などの義務教育を受けるため合宿生活を送った。競争・格闘などの体育訓練をそこで受けたことから「スパルタ」教育という言葉

火の山スポーツクラブ HINOYAMA SPORTS CLUB

事務局 〒869-2695 熊本県阿蘇市一の宮町宮地504-1 阿蘇市教育委員会 社会体育係内

TEL0967-22-3229 FAX0967-22-5205