

遊楽里通信

祝 3年目を迎えました

Vol. 9

阿蘇市総合型地域スポーツクラブ

平成22年度 各種目の指導者(代表者)の紹介です!

 <p>種目:バドミントン(馬原幸男ほか) 好きな食べ物:甘いもの、アルコール 好きな有名人:EXILE 参加者へ一言:簡単に気軽に出来ます。ダイエットにも</p>	 <p>種目:日本拳法(恩智敏夫) 好きな食べ物:カレーライス 好きな有名人:イチロー 参加者へ一言:一度見に来て下さい!</p>
 <p>種目:卓球(岩永昭次ほか) 好きな食べ物:何でも。特に野菜! 好きな有名人:八代亜紀 参加者へ一言:まずは来てみませんか!健康維持</p>	 <p>種目:ウォーキング(宮崎俊史ほか) 好きな食べ物:○しゃんのホルモン 好きな有名人:財津和夫 参加者へ一言:楽しく歩いています。お気軽に!</p>
 <p>種目:乗馬(園田淳二ほか) 好きな食べ物:寿司 好きな有名人:アグネスチャン 参加者へ一言:馬と触れ合いましょう!</p>	 <p>種目:ゴルフ(森 繁博ほか) 好きな食べ物:なんでも好きです。 好きな有名人:プロゴルファー猿 参加者へ一言:気軽に参加してください。お待ちしております</p>
 <p>種目:フットサル(吉野貴彦ほか) 好きな食べ物:和食全般 好きな有名人:坂本龍馬 参加者へ一言:楽しく元気にフットサルをやりましょう!</p>	 <p>種目:ピラティス(原部静子) 好きな食べ物:お肉、甘いもの 好きな有名人:岡村隆史(ナインティナイン) 参加者へ一言:誰でも気軽に参加できます。楽しく</p>
 <p>種目:健康スポーツ(江藤誠一ほか) 好きな食べ物:果物、肉 好きな有名人:お笑い系 参加者へ一言:気軽にできます。皆さん、遊び</p>	 <p>種目:ソフトテニス(窪田勇一ほか) 好きな食べ物:ステーキ 好きな有名人:志村けん 参加者へ一言:どうぞ自由に参加してください。テニス</p>
 <p>種目:エクササイズボクシング(井 雅之ほか) 好きな食べ物:馬刺 好きな有名人:優香 参加者へ一言:運動するきっかけになれると思</p>	 <p>種目:ノルディックフィットネスウォーキング(坂田英樹ほか) 好きな食べ物:コーヒー 好きな有名人:黒木 瞳</p>

「進化するスポーツクラブ!」 火の山スポーツクラブ 会長 小坂 今朝和



本年度も、火の山スポーツクラブにご加入頂き、ありがとうございます。
本クラブも、4月で活動3年目を迎えます。
本年度は、新規種目としてフットサルとノルディック・フィットネス・ウォーキングが仲間入りし、12種目での活動となります。
更に、2つのゴルフ場もご協力して頂くことになり、5ヶ所のゴルフ場でプレーを楽しむことが出来ます。
種目も少しずつ増え、誰もがより参加しやすい、充実したスポーツクラブへと進化しています。
スポーツクラブ間同士での交流も始まっており、人の輪も県内外へと広がっています。
誰もが楽しめるスポーツの場・交流の場として、ご参加頂けたらと思っております。より多く

ジュニア、シニア大歓迎!



今まで体験できなかったスポーツにも、チャレンジ!!
新しい自分が見えてくるかも……。
どの種目も気軽に参加して頂き、心身ともにリフレッシュ!



健康スポーツ

ジュニアゴルフ

ゴルフ教室より ~ 火の山スポーツクラブ ゴルフコンペの開催

4月の春の和やかな陽射の中でゴルフを楽しみましょう!
期 日 : 平成22年5月16日(日)
場 所 : 南阿蘇カントリー(南阿蘇村)
時 間 : 午前9時04分 スタート
プレー費 : 大人 9,800円(食事付き) 小人 特別料金
申込み期限 : 平成22年5月7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)
※今後第3日曜日に2ヶ月に1回実施予定



指導スタッフ全員で
皆さんをやさしくサポートいたします。
よろしくお願ひします!!



学校で、職場で、家庭で、話のネタに! ~ゆらり雑学コーナー~

<p>タマゴ</p> <p>タマゴを回転させてみて、長く回転し続ければゆでたまご、早めに止まれば生卵である。 試してみてください(笑)</p>	<p>ドア</p> <p>オフィスなどでは、通路を通る人の邪魔にならないように内開き式が多い。住居の玄関ドアは、雨や屋外のホコリが家の中に入るのを防ぐため外開き式が多い。映画館、集会場などは火事の時に素早く逃げられるように全て外(両)開き式となっている。</p>	<p>「水太り?!」</p> <p>水を飲んでも太ってしまう…という状態、時々聞くことがありますよね。実際、水を飲んで太るかという問いについての答えはNO。 しかし、市販のペットボトルで販売されているミネラルウォーターや清涼飲料水の場合、高カロリーなものもあり、要注意!</p>
--	--	--

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