

スポーツで笑顔と元気！健康立市へ挑戦！！

令和5年5月号

令和5年5月25日発行

班回覧



## チャレンジ通信5月



### 東石松お茶の間サロン「笑和の会」

東石松のお茶の間サロン「笑和の会」におじゃましました。シニアエクササイズで体を動かし、卓球バレーで盛り上がった後は、近藤美紀さんのフルート演奏でゆったり癒されました。



# スポーツで人づくり！健康づくり！！仲間づくり！！

## 6月 おとな教室 スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
				1 生き生き健康 スポンジテニス	2 健康体操 卓球 エンジョイクラブ	3
4 テニススクール	5 バドミントン シェイプアップ	6 シニアエクサ ミニバレー	7 健康マーじゃん 卓球	8 生き生き健康 スポンジテニス	9 健康体操 卓球 エンジョイクラブ	10 シェイプアップ
11 テニススクール	12 バドミントン	13 シニアエクサ ミニバレー	14 健康マーじゃん 卓球	15 生き生き健康 キンボール大会 ▼スポンジテニスは <b>お休み</b>	16 健康体操 卓球 エンジョイクラブ	17
18 テニススクール	19 バドミントン シェイプアップ	20 シニアエクサ ミニバレー	21 健康マーじゃん 卓球	22 生き生き健康 スポンジテニス	23 健康体操 卓球 エンジョイクラブ	24 シェイプアップ
25 テニススクール	26 バドミントン	27 シニアエクサ ミニバレー大会	28 健康マーじゃん 卓球	29 生き生き健康 スポンジテニス	30 健康体操 卓球 エンジョイクラブ	

### 健康体操教室 会員募集！

- ・対象：大人
- ・日時：毎週金曜日  
14:00～15:00
- ・場所：湯布院B&G

海洋センター会議室

◆先生の号令に合わせて、  
体を動かしていきます。

ゆっくりと自分のペースで  
できるので、気持ちよく  
リラックス  
できますよ。



### スポンジボールテニス 会員募集！

- ・対象：中学生以上
- ・日時：毎週木曜日  
19:30～21:00
- ・場所：湯布院B&G

海洋センター体育館

◆見学、体験はいつでもOK。  
運動のできる服装で、体育館  
用の靴をご用意ください。ラ  
ケットの貸出しがあります。

◆バドミントンのコートで、  
柔らかいスポンジのボールを  
打ち合います。テニス未経験  
者でも楽しくプレーできま  
すよ！



## 6月 こども教室 スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
				1 キッズスポーツ	2 エンジョイクラブ	3 野球 ジュニア卓球
4 野球 テニススクール	5 バドミントン	6 えいごであそぼ	7 ジュニア体操	8 キッズスポーツ	9 エンジョイクラブ	10 野球 ジュニア卓球
11 野球 テニススクール	12 バドミントン	13 えいごであそぼ	14 ジュニア体操	15	16 エンジョイクラブ	17 野球 ジュニア卓球
18 野球 テニススクール	19 バドミントン	20 えいごであそぼ	21 ジュニア体操	22 キッズスポーツ	23 エンジョイクラブ	24 野球 ジュニア卓球
25 野球 テニススクール	26 バドミントン	27 えいごであそぼ	28 ジュニア体操	29	30 エンジョイクラブ	

※スケジュールは現時点での予定です。変更の場合もありますのでご了承ください。

# ミニバレーボール大会

4月25日

3チームと少数ではありましたが、ファインプレーに珍プレー、そして笑い満載の楽しく熱い戦いを繰り広げました。



ネット際の攻防！



今回、黒一点の参加者にプレゼント！



鋭いアタックが決まります！



優勝 Y高バレー部



2位 チャレンジクラブ



3位 翔

# 笑和の会～東石松お茶の間サロン

今回は10名の会員さんが集まりました。名前の通り、笑顔で和やかに会が進みます。



チャレンジスタッフの号令に合わせて、みんなでシニアエクササイズ。



近藤美紀さんのフルーツ演奏に聞き入りました。癒しのひとときになりました。



机をくっつけて卓球バレーの即席コートの出来上がり。コートを囲んで、みんなで卓球バレーを楽しみました。誰にでもできて楽しい人気のゲームです。ここでも人気！

## 第10回チャレンジカップ

# グラウンドゴルフ交流会

5月14日



雨のため、順延された日曜日、日ごろからグラウンドゴルフに励んでいる6チーム60余名の選手のみなさんが一堂に会し、熱戦をくり広げました



たくさんのご参加ありがとうございました。