

おススメ教室の紹介

木工教室(8月7日開催)

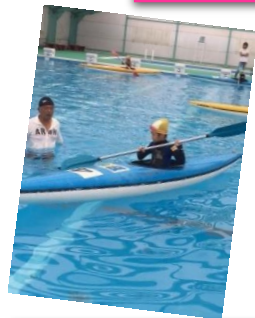


水泳講習会(8月5日開催)



8月・9月も様々な「講習会」を開催し、子供から大人まで、多くの人に参加しました
♪ 専門講師による細かい指導が受けられ、楽しく有意義な時間となりました。

カヌー講習会(8月2日開



ランニング講習会(9月24日開



ヒップホップダンス教室のメンバーが「赤べこ祭り」に出

10月7日(土) 午後10:15～、赤べこ祭りメインステージ

ヒップホップダンス教室の子供達が「赤べこトータルスポーツダンスチーム」として柳津赤べこ祭りに出演しました。小学校1,2年生の子供達の初舞台となりました。毎週水曜日の教室で講師の冠木信彦先生のもと、沢山練習を重ねて来ました。子供達は、堂々と元気いっぱい踊る事が出来ました。



ヒップホップダンス参加者大募集中！
初心者も、大人の方も大歓迎♪



丸太引きでは「ベストドレッサー賞」を獲得しました。

ハーフ会員大募集中！！



10月よりお得な「ハーフ会員」を募集しております！

○利用会員

大人4,000円
(10月～3月)

短期でお安く参加出来ます！！

入会申し込みは「B&G海洋センター」へお越しください♪

仲間と一緒に楽しく、寒さに負けないじょうぶな体づくりをしましょ

スポーツくら



赤べこトータルスポーツはスポーツ振興くじ「toto」の助成を受けています



NPO法人(特定非営利活動法人)
赤べこトータルスポーツ

2017.11.1
赤べこ広報
VOL.5

発行：赤べこトータル
スポーツ事務局



赤べこトータルスポーツ事務局

TEL 0241-42246
河沼郡柳津町大字柳津字金谷沢乙一七九五

オススメ教室の紹介

「スーパーマルコ体操教室」・・・ここが凄い！！

毎週火曜9:30～11:30 場所：やないづふれあい館ホール

マルコ体操開発者 菊池章人先生 インストラクター 小池志穂先生

全国に例を見ない専用音楽を使用し脳神経を使いながら楽しく歌って・動いて座った動きや立った動きもあり、体調に配慮しながら短期間で必ず効果実感が出る優れた体操です。一度参加すると夢中になる事間違いなし！！まずはお友達を誘って教室を覗きにきてください！



「エアロビクス教室」・・・クラブイチ押し教室！

隔週木曜18:30～20:30 場所：柳津ふれあい館ホール 指導者：安倍真由美先生

大人気のエアロビクスが柳津で体験できます！元気でパワフルな安倍先生のレッスンが受けられ、ストレッチも最高に気持ち良いです。良い汗をかき夜もぐっすり眠れます。運動不足解消にぜひご参加下さい。仕事疲れにリフレッシュ、ストレス解消におススメ！

氏 名 安倍 真由美

住 所 喜多方市

趣 味 生 花

R R： だれでも気軽にできるエアロビクスです。脳トレをして笑いましょう！



安倍先生です♪

がんばれ！ふくしま駅伝「やないづチーム」

赤べこトータルスポーツは「ふくしま駅伝やないづチーム」を応援しています！11月19日（日）は第28回福島駅伝大会です。皆さんで柳津チームを応援しましょう！

（毎週月・水・金のランニング教室でトレーニングを重ねています）



スポーツは育てることができる。

スポーツくじ(toto-BIG)の収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

★年々賛助の輪が広がっています。ご協力、ありがとうございます。

賛助会員（企業）	老沢温泉旅館 Tel.0241-43-2014	有限会社河内屋商店 Tel.0241-42-2215	有限会社キクチ自動車工業 Tel.0241-42-2519	キッチン柳 Tel.0241-42-2239
	業務サポート・サイ Tel.0241-42-7533	有限会社小池菓子舗 Tel.0241-42-2554	有限会社佐々木電機商会 Tel.0241-42-2008	旬菜工房かあちゃんのまんまや Tel.0241-42-2007
	有限会社月見亭 Tel.0241-42-2348	斗酒子 Tel.0241-42-2209	有限会社ナニワヤ印刷 Tel.0242-83-2327	花ホテル滝のや Tel.0241-42-2010
	有限会社バンダイスポーツ Tel.0242-83-4706	木工房MEGURO Tel.090-5234-2314	山中スポーツ Tel.0241-52-2006	旅館内田屋 Tel.0241-42-2021
	有限会社東北環境エンジニア Tel.0242-84-3680	～～～ 赤べこトータルスポーツを応援します ～～～		

☆クラブのフェイスブック始めました！「NPO法人赤べこトータルスポーツ」で検索！！

赤べこトータルスポーツ事務局（柳津町 B & G 海洋センター内）
URL： <http://www.aka-total2016.com/>

Tel.0241-42-2246 Fax.0241-42-2546
Email： info@aka-total2016.com