

NPO法人（特定非営利活動法人）

赤べこトータルスポーツ

赤べこ通信 No.18

H29.9.15

☆カヌー講習会開催☆

9月2日(土)B&G 海洋センタープールにおいて「カヌー講習会」が行われました。伊藤安太郎氏（B&G アドバンスドインストラクター）による細かい指導により、初めは怖がっていた子ども後半はパドルの操作にも慣れ、スイスイとカヌーを漕ぐ事が出来ました。

来年度は只見川での開催を企画します！

カヌーって
楽しいね♪



とても充実した講習会になりました♪

☆第2回キッズコーディネーション講習会開催☆

前回大変好評だった「キッズ講習会」第2弾を9月4日（月）午後6時よりB&G 体育館で開催しました。

今回も中島和一さんに指導をお願いし、10数名の幼児から小学生達がサッカーボールを自由に操り、筋力トレーニングを交えながら気持ちの良い汗を流しました！



「ハンドメイド教室」同時開催！今回はアクセサリ作りにも挑戦しました。

事務局イチ押し☆エアロピクス教室



「元気いっぱい」な安倍先生のエアロピ！気持ち良い汗をかいて夜はぐっすり眠れます♪ストレッチも気持ち良いです。

まずは、1度教室を見に来てみてください。初回お試しで「無料」で参加出来ます！



今回も素敵な仕上がりです♪

スポーツくらじ



事務局：柳津町 B&G 海洋センター 赤べこトータルスポーツ：鈴木

◇ TEL：0241-42-2246 FAX：0241-42-2546

◇ HP アドレス：<http://www.aka-total2016.com/>

◇ e-mail アドレス：info@aka-total2016.com

私たちはスポーツ振興くじ
助成を受けています。