



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.31

H30.10.25

～「第7回赤べこ祭り」ダンスチーム大活躍！～



十月六日（土）に第七回赤べこ祭りが開催され、「赤べこトータルスポーツダンスチーム」がメインステージで堂々とした迫力あるダンスパフォーマンスを披露しました。晴天に恵まれ多くの方が来場し、元気に踊る姿に大きな拍手を送っていました。

十一時からは丸太引きにも出場し、チームで協力しながら丸太を力いっぱい引きました。



第2回走り方・歩き方教室



9月27日（木）に開催！齋藤勝孝先生指導のもと速く走るコツや、正しい姿勢等を実践を交えながら学びました。

エアロビクス教室



11月よりエアロビクス教室の開催時間が、第1・第3土曜日の午後2時30分に変更となります。（予約状況により変更になる場合もあります。）運動不足解消やストレス発散に始めてみませんか？お気軽にご参加下さい！

受託事業「笑いヨガ教室」が11月より始まります！



どなたでもお気軽にご参加下さい♪

11月18日は福島駅伝です。今年も柳津チームが出場します。毎週月・火・木曜日に大会に向けて練習に励んでおります。皆様の応援の方を宜しくお願い致します！

★当クラブは福島駅伝やないづチームを応援します★



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・齋藤
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

