

# 赤ベコトータルスポーツ

赤ベコ通信 NO,39

令和元年 6月19日発行

## 子どもから大人迄楽しめるレクダンス教室

～音楽に合わせて楽しく踊ろう！運動不足解消にいかが？～



5月30日（木）に開催された第1回レクリエーションダンス教室には16名の児童が参加し、指導者の松本涼先生のもとダンスの基礎的な動きを楽しくマスターしていました。ダンスは技術を磨くだけでなく運動不足解消やストレス発散にも大いに効果があります！

### ランニング教室始動！

5月23日（木）にスタートしたこの教室は、専門指導者のもとでランニングの基礎的な動作と、気軽に出来るトレーニング方法を学ぶ事が出来ます。マラソン大会等に出場される方、ランニングが好きな方、特におススメです。



7月は4日（木）  
の開催予定です

親子でランニングを楽しみませんか？

### バドミントンサークル

7月7日（日）の県民スポーツ  
両沼大会に出場致します！

毎週水曜日午後7時より海洋センター体育館で活動しております。子供から大人まで大人気のバドミントンが気軽に楽しめます！技術の向上にも努め、県民スポーツ両沼大会にも出場します。皆様の応援の方を宜しくお願い致します。



### ～夏休み小学生向けイベントのお知らせ～

7月20日（土） 午後1時30分～ 「水辺の安全講習会」 場所：海洋センタープール

8月7日（水） 午前10時～ 「木工教室」 場所：やないづふれあい館会議室

8月19日（月） 午前9時～ 「カーン講習会」 場所：海洋センタープール

○詳細につきましては別紙にてお知らせいたします。この機会にぜひ参加下さい！○



事務局：柳津町 B&G 海洋センター 赤ベコトータルスポーツ

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](mailto:info@aka-total2016.com)

