

6月

リュシオスポーツアカデミー

受 講 生 募 集



**LUCIO
SPORTS
CLUB**

NPO法人リュシオスポーツクラブ

おとなのバドミントン

6月10日(土)、6月24日(土)

19:00~21:00 社会体育館

バドミントンでゆる〜く身体を動かしましょう！初心者も大歓迎。中学生以上のならどなたでもOK！持ち物は体育館シューズ、飲み物、ラケット



健康リンパ操体運動

6月7日(水)、6月21日(水)

13:30~15:00 辰野町老人福祉センター

身体を動かしながら、体内のリンパの流れを整えて、痛みを緩めたり、動かしにくい箇所を少しずつ改善していきます。ヨガマットか大きいバスタオル、飲み物を持参してください。



パット先生とボールあそび教室

6月25日(日)

13:00~14:30 ほたるドーム

カナダから来たパット先生と少しずつ英語にふれあいながら、ボールを使っているいろんなゲームを楽しみましょう！ドイツ生まれの「バルシューレ」の教室です。対象は年中~小学校低学年のお子さん



健康ウォーキング

6月11日(日)

9:30~11:00 リュシオスポーツクラブ事務所

ご自身の体調やペースに合わせてウォーキングをして、歩いた距離(歩数)を重ねて「やじきた道中」の東京日本橋からいくつかの宿場町を歩いて箱根までの100km(約24,290歩)の完歩を目指します。



リュシオフットサルクラブ

6月9日(金)

19:00~20:30 ほたるドーム

当日集まった参加者でフットサルを楽しめます。個人、ご家族、職場の仲間、お友達と一緒に月に1回、フットサルしてみませんか。【初心者・女性の方も大歓迎】小学生以上の方ならどなたでも。



ジュニアフットサル

6月23日(金)

19:00~20:30 ほたるドーム

「サッカーをやりたい」、「もっといっぱいゲーム(試合)をしたい」そんな小学生のみんな、毎月1回フットサルを思いっきり楽しもう！パパも誘って一緒にプレーしてみよう。



チャレンジ！スポーツ倶楽部

6月18日(日)

13:00~14:30 社会体育館(北大出)

お子さんから高齢の方まで年齢や性別に関係なく、みんな一緒にプレーして、楽しむことができるニュースポーツ・パラスポーツを体験しましょう！道具の使い方から基本的なルールを簡単に学んで実際に体験します。今回は「スポーツ吹き矢」に挑戦します。



※これらの教室に参加されるにはリュシオスポーツクラブへの入会が必要になります。(下記を参照)

入 会

年会費(スポーツ保険料等)
中学生以下:1,000円
高校生以上:2,000円

参加費

全教室:1人500円/1回
※お得な回数券もあります。

申込み

用具の準備等の都合で開催日の概ね1週間前までに申込みをお願いします。

お申し込みは **NPO法人リュシオスポーツクラブ**
TEL 0266-75-5103 FAX 0266-75-5107

