



# ゆめフル便り

第8号  
平成25年5月

発行 ゆめフルたけとよスポーツクラブ  
http://www.taketoyo-sc.jp/ 会員数 833人 (5月21日現在)

## 新しい教室の紹介です

### 〈キッズトレーニング〉 火曜日16:15~17:25

本来、幼児期にからだを動かすということは調整力や神経系が一番発達する大事な時期なのでとても大切なことです。これを、遊びを通して身につけてもらう事が大きな狙いです。



もう、教室での子どもたちは元気いっぱい！トレーニングを始めると休憩と言ってもやり続けています。本当に無邪気で色々な事に興味を持ちます。想像しながらからだを動かします。まだまだ手探りですが、これからも、飽きない楽しい教室を続けなくては！という気持ちになります。

### 〈ZUNBA〉 木曜日(隔週)19:00~20:00



ZUNBAは様々な世界の音楽に合わせてエクササイズをするダンスフィットネスです。音楽のリズムとテイストを十分に活かし、様々なステップを組み込むことで、これまでにないムーブメントを実現しています。

しかし、難しく考える必要はありません。ZUNBAは楽しむことが大事！！上手に踊れなくても大丈夫！！どなたでも参加できます！！音楽が織りなすZUNBAのパワーと効果を是非体験してください。



榎原香奈先生

#### ☆☆ 参加者の声 ☆☆

私は以前から、ズンバに興味があったので、体験レッスンに参加しました。レッスンが始まるとラテン系のノリのいい曲に合わせてインストラクターさんをまねて踊るのに夢中で(必死で?!), あっという間の一時間でした。曲につられて、とても楽しく、いい汗がかけました。踊るのが好きな方や、運動不足が気になる方にお勧めです♪♪♪  
(40代女性)

# まだまだ、魅力的な教室が・・・

## 〈フットサル教室〉 水曜日17:05～18:15

小学1年生から6年生までの60名が総合体育館で行っています。指導は指導資格を取得した5人のコーチが担当しています。指導内容は15分コーディネーション、15分ボールフィーリング、残りの時間をクアトロゲームと呼ぶ少人数で行うゲームに充てています。

楽しみながらからだを動かしてフットサルというスポーツに親しむこと、自主的に考え行動できる子どもを育成することが指導の目的です。



## 〈Jr卓球教室〉 土曜日または日曜日(月2回)16:00～18:00



今年度から富貴中学校の卓球場で教室を行っています。経験豊富な指導者とアシスタントを勤める富貴中女子卓球部員が、やさしく丁寧にアドバイスします。ネットを挟んでラリーが続くと楽しさ倍増！元気にあいさつを交わし、仲間と仲良く、真剣に練習できる雰囲気大切にしています。



## イベント 〈春のウォーキング〉

今回は「新美南吉ゆかりの地」を巡るウォーキング。

「南吉のふるさと」という看板があり。程なく、「常福院」がありました。夏には盆踊りが行われ、南吉も踊ったそうです。さらに行くと「ででむし広場公園」にはカタツムリの遊具、橋にはごんぎつねの、飾りがありました。



☆☆ 参加者の声、声、声 ☆☆

- ・ 前日はすごい雨でしたが当日は晴天に恵まれ楽しいウォーキングでした。
- ・ ポピーがとてもきれいでした。
- ・ ウォーキングをするのによい季節で、普段は通らない路地にも入り、いろいろな町の様子が見えました。
- ・ 距離もよかった。
- ・ 新美南吉記念館に入るのは初めてで勉強になりました。