



総合型地域スポーツクラブ

# 若林クラブ

日本文化で無念無想暑さ知らず\(\o\o)/!

若林クラブ広報誌第 35 号

発行日/2016年6月1日

発行者/若林クラブ

発行責任者/田中 昭

武道体験教室が始まります!

剣道と沖縄空手を全6回で行います。

## 第一回 剣道体験

初回のテーマは、礼法、竹刀の持ち方、素振り、打ち込み

日時/6月18日(土)18時45分~20時30分

会場/世田谷中学校格技室

普段あまり接する機会のない武道ですが、日本文化や礼儀も含めて体験できる教室です。大人の新しい嗜みとして、また親子で共通の時間を持ってみませんか。

対象/小学生以上

参加費/500円(中学生以下無料)

募集人数/先着10名

指導/若林剣成会

申込み・問合せ/ wkenseikai2003+tk@gmail.com  
または若林クラブまで



## 熱中症対策講座

「スポーツ中の水分補給」

それでも、熱中症になってしまったときは・・・

講師 福田とも子氏

(大塚製薬株式会社熱中症予防指導員)

日時/6月11日(土)14時~15時

会場/若林小学校会議室

参加無料

対象/ スポーツ指導者、保護者

カラダが暑さに慣れていないこの時期、熱中症に要注意。スポーツ活動中も日常生活でも熱中症にならないために、正しい知識と対策を身につけましょう。

お申し込みは下記若林クラブまで。

\*新しい活動が始まります\*

## 『スポーツトレーニング』

中学生世代を中心に、基礎、体幹などのトレーニングを行います。様々なスポーツの基本となる体づくり、動きづくりでひとりひとりの能力を引き出し育てます。

日時/毎週土曜日(お問合わせください)

時間/18時45分~20時30分

場所/若林小学校体育館

指導/島田章徳(スポーツトレーナー)

対象/中学生以上、年齢経験不問

お問合わせ/ 島田 090-6955-6304  
shimatore@docomo.ne.jp または若林クラブまで

## 『茶道体験教室』

6月18日(土)、7月2日(土)14時~16時

対象/小学生以上(初心者)

指導/萩永宗伶(表千家)

参加費: 1回500円

場所: 萩永宅(若小近く)

連絡先: E-mail/ reihagi1024@gmail.com

FAX/ 03-3413-7548

「若林クラブ会員登録 随時受け付けます」

年会費 1,000円(75歳以上、中学生以下500円)

若林クラブ事務局(若林小学校内)

電話 03-3414-5021

(留守番電話及びFAXにて対応させていただきます)

又はクラブマネージャーまで

杉村雅子 090-3478-4309

HPアドレス wakabayashiclub.tokyo

