



若林クラブ 11月

“身体を整え寒さに備えよう！(*_*)”



若林クラブ主催都民参加事業

鳴子のリズムで広げよう、地域の輪！

WAKUWAKUよさこい教室 PART II

本場高知のよさこいを体験できる特別な2日間です。
お誘い合わせてぜひご参加ください。
世田谷笑 in 若林は、よさこい鳴子踊りを通じて人や地域と繋がっています。この絆をさらに広げ、東京オリンピック・パラリンピックを盛り上げていきます。

第2回 11月24日(土)10時~12時

場所：若林小学校体育館

対象：初心者・ファミリー

参加費：500円（中学生以下65才以上無料）

第3回 11月25日(日)14時~16時

場所：若林小学校体育館

対象：経験者向けスキルアップ（中学生以上）

参加費：1,000円（中学生以下65才以上無料）

指導：世田谷笑 in 若林 特別講師/田村千賀

持ち物：上履き、飲み物

お申し込み：shoin.wakabayashi@gmail.com

この事業は、公益財団法人東京都スポーツ文化事業団の支援を受けて行います。

セパタクロ-WAKABA CUP 参加費500円

12月2日(日)12時~17時/若林小学校体育館

8月インドネシアで行われたアジア大会のメダリストが在籍する「A.S.WAKABA」が1DAY大会を開催します。現役日本代表選手と一緒にプレーしてみよう！

持ち物：動ける服装と室内シューズ、タオル、飲み物

連絡先：平瀬/090-2876-9412 ✉ritz@sepak.net

この事業は、公益財団法人東京都スポーツ文化事業団の支援を受けて行います。

セパタクロ教室

11月10日(土)19時~20時30分/世田谷中学校体育館

対象：小学生以上 参加費：1,000円（初回500円）

指導：A.S.WAKABA（現役日本代表所属）

若林クラブシニアスポーツ振興事業

シニアスポーツ広場

自分でできる、足健康法

11月3日(土・祝) 参加無料！

16時30分~17時30分

場所/世田谷中学校格技室

指導/徳江みち子先生

申込み・問合せ：森田/090-2638-4350

Eメール：miraclon8@gmail.com

シニアスポーツ広場 卓球教室

誰でも気軽に楽しむことができる卓球で、楽しみながら体力向上！経験豊かな指導者が一人一人指導します。

11月17日(土)14時~16時30分

場所/世田谷中学校格技室

指導/喬 瑞雪先生 参加費/300円

連絡先：090-9385-2728（竹内）

takenouchi555@gmail.com

この事業は、公益財団法人東京都スポーツ文化事業団が支援しています。

若林クラブ都民参加事業

タイ式ヨガ

ルーシーダットン教室

12月1日 11時45分~13時

若林小学校会議室(受付11時30分~)

参加費:800円（定員15名、若干の余裕あり）

対象:30代~60代

お子さんのお預かりサービスあります。

ルーシーダットンとは…？
タイ式ヨガとも呼ばれます。
老若男女親しめるポーズと呼吸法によってボディシェイプしながら身体を楽しんでいきます。



申込み・問合せ：福原

Eメール：fuku@xf7.so-net.ne.jp

この事業は、公益財団法人東京都スポーツ文化事業団が支援しています。

「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 090-3478-4309

HPアドレス wakabayashiclub.tokyo

