



総合型地域スポーツクラブ

若林クラブ広報誌第62号
発行日/2018年11月28日
発行者/若林クラブ
発行責任者/田中 昭

若林クラブ

12月

“寒さに負けないからだを作ろう！(´_`)/”

第68回世田谷区民体育大会

レディースバレーボール大会 **1位！！**



バレーボール同好会所属チーム
『楽』

WAKUWAKU よさこい教室 11月24・25日開催
報告



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 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。

12月1日(土)14時～16時30分

場所/世田谷中学校格技室

指導/霧 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。

タイ式ヨガ

若林クラブ都民参加事業

ルーシーダットン教室開催中

(12月1日最終回)

若林小学校会議室において、ルーシーダットン教室を開催しています。親子でのご参加もあり経験や年齢も様々。三木尚子先生のご指導のもと一人一人無理のない姿勢を教えていただきながら身体を整え、気持ちの良い時間を過ごしています。子育て真っ只中のママにも、自分自身のための時間を持っていただけたらと思います。(託児あり)
ルーシーダットンはタイ式ヨガとも呼ばれ、老若男女親しめるポーズと呼吸法によってボディーシェイプしながら身体を楽にしていきます。



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。

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

1月 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

