

2022年  
(令和4年)

7

# たかだてスポーツクラブ SPORTS CALENDAR

鶴五中学区回覧板  
(加茂・湯野浜・大山・西郷)  
令和4.6.28発行

日	月	火	水	木	金	土
					<b>1</b> リフレアロ湯野浜	<b>2</b> 半夏生
<b>夏休み</b> ・鶴五中 7/26~8/21 ・大山小 7/28~8/21 ・湯野浜小・西郷小 7/28~8/24						
<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b> 足裏健康体操	<b>6</b> おおやま放課後 ラージボール卓球 太極拳コース	<b>7</b> 小暑 七夕 ココモ予防体操 ハワイアンフラ 太極拳コース スローストレッチ	<b>8</b> 水中運動	<b>9</b>
<b>10</b>	<b>11</b> リフレアロ大山	<b>12</b>	<b>13</b> 新盆 おおやま放課後 ラージボール卓球	<b>14</b> ココモ予防体操	<b>15</b>	<b>16</b>
<b>17</b>	<b>18</b> 海の日	<b>19</b>	<b>20</b> 土用 おおやま放課後 ラージボール卓球	<b>21</b> ココモ予防体操 ハワイアンフラ 太極拳コース スローストレッチ	<b>22</b> 水中運動	<b>23</b> 大暑
<b>24</b> ウォーキング	<b>25</b> ピラティス リフレアロ大山	<b>26</b>	<b>27</b> おおやま放課後 ラージボール卓球 太極拳コース	<b>28</b> ココモ予防体操	<b>29</b>	<b>30</b>
<b>31</b>						

## スポーツメニュー

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止による施設利用休止等で日程変更や休止の場合があります

### ★クラブイベント・事業

- ・「太極拳コース」は好評につき、10月まで期間延長して開催します！（詳しくは裏面）
- ・「メロンコース」7月はお休みします



### たかだてSCブログ

たかだてSCの活動や各種お知らせ、鶴五中学区の話など随時更新中！  
<http://blog.goo.ne.jp/npotsc>

	種目名	時間	回数	会場
月	ピラティス	10:00~11:00	1	大山コミセン
	リフレッシュエアロピクス(大山) メロンコース・スローストレッチ	19:30~20:30	2	大山コミセン 西郷農林活性化セ
火	足裏健康体操	9:30~10:30	1	湯野浜コミセン
水	ラージボール卓球	19:30~21:00	4	鶴五中体育館ギャラリー
	(短期)太極拳コース夜間	19:30~20:30	2	JA鶴岡だだちゃアリーナ
木	ココモ予防体操	10:00~11:00	4	大山コミセン
	ハワイアンフラ	10:00~11:00	2	湯野浜コミセン
	(短期)太極拳コース午前	10:30~11:30	2	JA鶴岡だだちゃアリーナ
	スローストレッチ	19:30~20:30	2	大山コミセン
金	水中運動	19:00~20:00	2	県民の海・スパール
	リフレッシュエアロピクス(湯野浜)	19:30~20:30	1	湯野浜コミセン
日	ウォーキング	時間、内容詳細は裏面を参照願います		
水	おおやま放課後子ども教室	14:30~18:00	4	大山コミセン

●委託事業

鶴岡市鶴岡第五中学校区 NPO 法人 たかだてスポーツクラブ  
総合型地域スポーツクラブ

〒997-1123 山形県鶴岡市友江町23-71 大山コミュニティセンター内  
TEL 0235(33)3214 FAX 0235(33)0893 npotsc02@outlook.jp

各種申込やお問い合わせは、お近くのコミュニティセンターでも受付しております。お気軽にどうぞ！

加茂 33-3023 湯野浜 75-2300  
大山 33-3214 西郷 76-2301