

2022年
(令和4年)

11

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4.10.28発行

日	月	火	水	木	金	土
<p>たかだてカップ第16回 バスケ3X3大会について</p> <p>コロナ禍で2年連続延期中の標記大会ですが、本年度こそ開催できるように、現在事業内容を含め検討中であり、しばらくお待ち下さい。</p>		<p>1</p> <p>足裏健康体操 ヨガ体験・大山</p>	<p>2</p> <p>おおやま放課後 ラージボール卓球 太極拳コース</p>	<p>3</p> <p>文化の日</p>	<p>4</p> <p>リフレアロ湯野浜</p>	<p>5</p>
<p>6</p>	<p>7 立冬</p> <p>西郷メロンコース ヨガ体験・大山</p>	<p>8</p>	<p>9</p> <p>おおやま放課後 ラージボール卓球</p>	<p>10</p> <p>ロコモ予防体操 スローストレッチ 太極拳コース</p>	<p>11</p>	<p>12</p> <p>ヨガ体験・西郷</p>
<p>13</p> <p>ウォーキング 晩秋の西郷・新米食事会</p>	<p>14</p> <p>リフレアロ大山</p>	<p>15 七五三</p>	<p>16</p> <p>おおやま放課後 ラージボール卓球 太極拳コース</p>	<p>17</p> <p>ロコモ予防体操 ハワイアンフラ</p>	<p>18</p>	<p>19</p> <p>キッズダンス</p>
<p>20</p>	<p>21</p> <p>ピラティス</p>	<p>22 小雪</p>	<p>23</p> <p>勤労感謝の日 キッズボルダリング</p>	<p>24</p> <p>ロコモ予防体操 スローストレッチ 太極拳コース</p>	<p>25</p>	<p>26</p>
<p>27</p>	<p>28</p> <p>リフレアロ大山</p>	<p>29</p>	<p>30</p> <p>おおやま放課後 ラージボール卓球 太極拳コース</p>	<p>大山コミセン会場 駐車場利用のご注意</p> <p>現在新コミセン建設工事を行っているため、駐車場はデイスターたかだて脇のコミセン臨時駐車場をご利用下さい。また駐車台数も限られますので、お近くの方は徒歩か自転車をお願いします。</p>		

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

- ・NEW! 「ヨガ体験コース」10~12月
大山、加茂、湯野浜、西郷各コミセン会場で開催!
- ・たかだてキッズスポーツクラブ 11月から開催!
キッズダンス ボルダリング 親子でポッチャ
(詳しくは裏面へ)



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)	19:30~20:30	2	大山コミセン	
	メロンコース・スローストレッチ	19:30~20:30	1	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	3	JA鶴岡だだちゃアリーナ	
木	ロコモ予防体操	10:00~11:00	4	大山コミセン	
	ハワイアンフラ	10:00~11:00	1	湯野浜コミセン	
	(短期)太極拳コース午前 スローストレッチ	10:30~11:30 19:30~20:30	2 2	JA鶴岡だだちゃアリーナ 大山コミセン	
金	水中運動	11~翌3月まで休業			
	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			
●委託事業					
水	おおやま放課後子ども教室	14:30~18:00	4	大山コミセン	

鶴岡市鶴岡第五中学校区
鶴岡市鶴岡第五中学校区
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

◎クラブ事務局 (事務業務時間 月・水・金曜日 14時~17時)

〒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

たかだてスポーツクラブの各教室では「新型コロナウイルス感染症」の感染防止対策を実施しています

- 手指消毒
- 体調チェック (検温を実施)
- マスクの着用 (運動時は外す)
- 人との距離を取る (3密を避ける)



クラブ会員募集中!

各教室で「無料体験」実施中
お気軽に「お試し」下さい!

クラブ入会、各種目への参加を心よりお待ちしております!

深秋の候 精神を集中し、自分の身体と向き合ってみよう!

9月に改築オープンした加茂コミセンを会場に



ヨガ体験コース 好評開催中!

- ・講師 E life yoga主宰 佐藤優美子氏 (大山在住)
- ・参加費 1回 1,000円
- ・申込み TSC事務局か4地区コミセン担当まで
まだまだ申込受付中です!

日	時	会場
11/1 火	10:00~11:00	大山コミセン大ホール
11/7 月	19:30~20:30	大山コミセン大ホール
11/12 土	19:30~20:30	西郷コミセン和室
12/3 土	19:30~20:30	西郷コミセン和室

ゆっくり全身を伸ばし、スッキリ疲労回復!

スローストレッチ
月2回木曜日19:30~20:30
大山コミセン

メロンコース・スローストレッチ
月1回月曜日19:30~20:30
西郷農林活性化センター



◎公民館や各団体向け「出前教室」も承ります! (詳細は事務局へ)

太極拳コース だだちゃアリーナ2階ホールで開催
しなやかに心身の鍛錬を!

- 午前の部 (木曜日10:30~11:30)
11/10・24 12/8・22
翌年 1/12・26 2/9・16 3/9・23
- 夜間の部 (水曜日19:30~20:30)
11/2・16・30 12/14
翌年 1/11・25 2/8・22 3/15・30

◎来年度からは通年コースで予定。定期的に取り組めます!

たかだてキッズスポーツクラブ
2022年シーズン はじまるよ!



※チラシは10月末で各園・学校に配布。詳細はクラブ事務局まで

キッズダンス	・日時 11/19 (土) 10時~12時 ・会場 大山コミセン大ホール ・指導 鈿持由美氏
レッツ! ボルダリング	・日時 11/23 (水・祝) 10時~12時 ・会場 ボルダリングジム キストーン三川 ・指導 キストーン三川スタッフ
親子でポッチャたいけん	・日時 12/17 (土) 9時~12時 (予定) ・会場 加茂コミセンホール ・指導 鶴岡市スポーツ推進員の皆さん

TSC WALKING 2022

11/13 日
晩秋の西郷地区
庄内空港を歩く
新米食事交流会



一番機の離陸が
間近で! (予定)

- ・日程 8時15分まで空港緩衝緑地 (メロンモニュメント協遊園地駐車場) 集合、空港内緑地を歩きます。終了後西郷コミセンで西郷産新米や芋煮汁などで食事交流会を行います
- ・会費 F・一括会員500円、一般会員1,100円 (食事代込)
- ・申込み 4日 (金) まで事務局か4地区コミセンへ

鶴岡市大山自治会
たかだてスポーツクラブ
を応援します! (順不同)

(株)元青果

山形総販

尾形サービス

株式会社 三浦土建

(有)山東設備

セブンイレブン
鶴岡西郷店

SANYO
国産株式会社 三洋

大山ボデー

福田屋
大山

有限会社 昭和冷熱工業

株式会社
長南牛肉店

山形センター株式会社

DDE FINTECH 北日本
山形支社

大和交通株式会社