

2023年
(令和5年)

3

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5.2.24発行

日	月	火	水	木	金	土
卒業おめでとう! ◎14日(火) 鶴岡第五中 ◎17日(金) 大山小 西郷小 湯野浜小			1 おおやま放課後 ラージボール卓球	2 ロコモ予防体操 ハワイアンフラ	3 ひな祭り リフレエアロ湯野浜	4
5	6 啓蟄 西郷メロンコース	7 足裏健康体操	8 おおやま放課後 ラージボール卓球	9 ロコモ予防体操 太極拳コース スローストレッチ	10	11
12 ウォーキング 村上市雛めぐり	13 リフレエアロ大山	14	15 おおやま放課後 ラージボール卓球	16 ロコモ予防体操 ハワイアンフラ	17	18
19	20 ピラティス	21 春分の日	22 ラージボール卓球	23 ロコモ予防体操 太極拳コース スローストレッチ	24	25
26	27 リフレエアロ大山	28	29	30	31	

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

★ クラフイベント・事業

- 3月12日(日)最後のWAメニュー『村上雛めぐり』申込みはお早めに
- 来年度の入会もお待ちしています! 詳しくは後日配布のチラシにて

	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ビクス(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
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	2	湯野浜コミセン
	太極拳コース	10:30~11:30	2	加茂コミセン
	スローストレッチ	19:30~20:30	2	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ビクス(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	3	大山コミセン
---	--------------	-------------	---	--------

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>

鶴岡市鶴岡第五中学校区
総合型地域スポーツクラブ

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

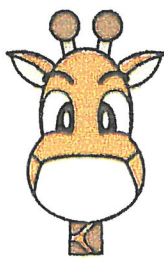
各種申込やお問い合わせは、お近くのコミュニティセンターでも受付しております。お気軽にどうぞ!

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)



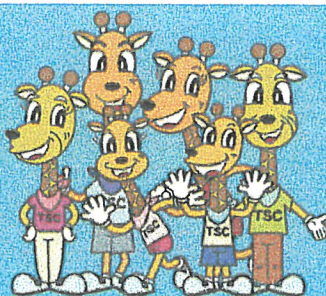
クラブ会員募集中!

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!

いがったー!!

広がる笑顔、健康の輪



2023年度

クラブ会員募集中!

3月中入会申込の方「TSCオリジナルタオル」先着100名にプレゼント!

詳細は3月15日付全戸配布のクラブメニューチラシをご覧ください

傷害に備え、
テーピング方法を学びました

TSC設立15周年記念 鶴五中学校区 生涯スポーツ合同研修会



NPO 法人たかだてスポーツクラブと大山スポーツ少年団指導者会合同事業「鶴岡第五中学校区生涯スポーツ合同研修会」を2月18日、加茂コミセンで開催。たかだて SC 会員やスポ少の指導者と保護者、鶴五中学生徒ら約 70 名が参加しました。

庄内教育事務所の大谷克巳様より、たかだてスポーツクラブ設立 15 周年に伴いお祝いのご挨拶を頂き、続いて鶴岡市スポーツ協会の阿部斐子氏が、一昨年の 20 年度に続き「テーピングセミナー」と題し講習と実技を実施。スポーツ活動でのケガに備え、テーピングがもたらす効果や、巻き方の基本などを学びました。

大山小児童対象 おおやま放課後子ども教室

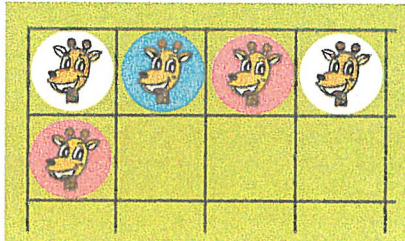
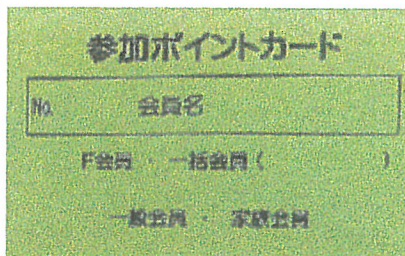


3月15日で本年度の活動が終了します。参加した児童・保護者の皆さん、運営にご協力いただいた地域の皆さん、ありがとうございました!

※令和5年度も実施します。引き続きよろしくお願い致します

「おおやま放課後子ども教室」はたかだて SC が鶴岡市より受託し実施しています

ポイントカードの期限は3月末まで!



昨年4月から始めた「参加ポイントカード」。会員の皆さんからは「シールもたまり、励みになる」「新たな『ポイ活』として楽しんでいます」と好評です! シール 10 個、20 個、30、40、50...と貯めるごとに景品を進呈していますが、ポイント期限は3月末まで。ラストスパート頑張りましょう!

来年度はポイントカードをリセットしますが、継続入会申込みされる時にポイントカードをお持ちください。継続の景品があります! また来年度も頑張っておしるしを集めましょう!!

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

SANJO
国産株式会社 三 野

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

山形サントラ株式会社

DDE FINTECH 北日本
山形支社

ダイワ
大和交通株式会社

企業・団体会員
募集しています!

企業・団体の皆さんの健康増進に、
鶴五中学校区4地区
大山・加茂・湯野浜・西郷各地区
の活性化に、よろしくお願いします!

1口 20,000円
種目無料チケット20回分サービス!
2023年度新規会員募集中!

