

S-Land おばね 通信

いつでも どこでも だれとでも

平成 25 年 5 月号

参加者募集

体力測定Day

日時 平成25年5月19日(日)

午前9時から 受付・測定開始

午前11時受付終了

測定内容

小学生 64歳向け

握力・上体起し・長座体前屈・

反復横とび・20mシャトルラン・

立ち幅跳び

※50m走・ボール投げは、いたしません。

65歳〜79歳向け

握力・上体起し・開眼片足立ち・

障害物歩行・10m障害物歩行・6

分間歩行

ひとり500円

参加料

但し、スポーツクラブ会員は無料

その他

5月と11月に実施する測定です。

今年初めの体力を測定して夏場の目標設定や効

果の確認に役立ててみてはい

かがですか？皆様のご参加

お待ちしております。

また、企業・団体独自の測定も承っております。



商店街空き店舗活用事業共催

第5回ウォークラリー大会

先着30チーム募集

バーベキュー大会

開催日 平成25年6月2日(日)

場所 尾花沢市体育館発着

市街地特設コース

時間 午前9時受付

午前9時30分から随時スタート

終了は、12時ごろを予定しています。

参加料 1チーム 1,000円

(他、保険料としてひとり100円

但し、クラブ会員は保険料不要)



豪華賞品を準備して待ってます！Plusの参加者お待ちしてます！

当日、ウォークラリー大会終了後、クラブ会員・参加者交流会を予定しています(バーベキュー大会)。

場所 尾花沢市体育館ロビー

参加料 中学生以上1,000円

(同伴の小学生以下無料)

小学生以下のみでの参加の場合

は、ひとり500円

ウォークラリーって？

ウォークラリーとは、コース図(コマ図)

にしたがって、課題を解決しながらグループ

で歩き、課題得点と時間得点の合計点で競う

野外ゲームです。時間は、本部が設定

し、その時間との差で100点から1分

1点減点になります。設定時間は、終了

後まで秘密です。???

5月開講スロプログラム

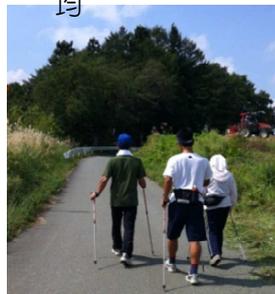
イルディックウォーキング教室

5月14日（火）から原則毎週火曜日

全22回予定 受講料4,200円

午前10時30分から11時30分

ポールを持って歩く、フィンランド生まれのフィットネススポーツです。ポールを使って歩くことで、全身運動となり、平均で20%のエネルギーを消費すると言われています。



講師は、日本ノルディックフィットネス協会公認

ベーシックインストラクターでクラブ職員の佐久間と押切が担当します。

ナイトイルディックウォーキング教室

5月21日（火）から原則毎週火曜日

全22回予定 受講料4,200円

午後7時から8時まで

夜は、照明付きの歩道専用のスポーツロードで安心。子どもから大人まで参加でき、健康志向から競技志向の体力作りとあらゆるニーズに対応可能なスポーツです。また、レンタルポールもあります。

ご協力ありがとうございました！

総合球場消雪作業

今年の冬も3年連続の大雪ということで、平成25年4月13日（土）に約60名のみなさんから参加をいただき、尾花沢市総合球場の消雪作業を行いました。当日は、フェンス周りや外野の芝生の上には60センチ（多いところでは1メートル近く）の残雪がありました。みなさまからは、球場内に散らばって地面に達するような穴を掘っていただきました。おかげをもちまして、雪解けが進んでいるようです。ありがとうございました。



★ご協力いただいたみなさん★

尾花沢市野球連盟

新庄地区野球連盟

北村山地区中体連（野球）

花笠少年野球クラブ

尾花沢小野球スポ少

OSC ガールズ

常盤スポ少

尾花沢クロカンスポ少

玉野スキースポ少

明德エラーズスポ少

尾花沢FCスポ少

鶴子クロカンスポ少

ホワイトフォックススポ少

福原スポ少

福原スキースポ少

スポーツクラブ正会員

（敬称略・順不同）

総合球場春支度作業

当日は、生憎の雨降り天気ではありませんでしたが、約150名のみなさまからのご協力を頂き総合球場を中心とした春支度と冬のクロスカントリーコース周辺の清掃作業を行いました。おかげをもちまして球場の形ができました。連休明けから使用することができました。ありがとうございました。



全国花笠マラソン大会

今年は、北は北海道、南は兵庫県から約830名の参加者がありました。全国花笠マラソンへのご参加・ご協力ありがとうございました。皆様のご協力を賜りまして無事、クラブ担当の選手受付成功いたしました。

当日は、5月としては寒い一日でしたが、天気予報の雨は、準備時間帯の小雨以外で、今年は無事に大会を終了することができました。

今年は、今までとは少し趣向が変わり尾花沢を堪能することができた内容になりました。来年は、よりの多くのみなさまからのご参加をお待ちしております。



文部科学省受託事業

尾花沢は、この冬も大雪でしたが「雪の尾花沢」との頭い文向もあふれに、もともとの豪雪地帯です。

お知らせ

〇3月1日発行の平成25年度会員募集チラシ中の内容が一部変更になっています。

①「初心者からのフラダンス教室」第2・第4週目の開催時間変更について

旧 14時～15時30分

新 15時～16時30分

②「遊びからはじめる運動教室」「動きひろの・体ひろの教室」の受講料について

追加事項

非会員受講料 1,000円/月

③ヒップホップ教室の受講料について

追加事項

初心者向け・中級向けの2教室をセットで受講する

3,000円/年

④野球教室（硬式）の受講料変更について

旧 1,600円（1,400円/月）

新 8,000円（800円/月）

地域課題解決プロジェクト

そんな地域の課題を解決するために立ち上げるプロジェクトです。新規で立ち上げるような子どもの体力向上に向けた教室、親子が触れ合う活動、成人向けの運動教室、高齢者向け教室がそれぞれ当てはまります。

施設情報

☆体育館・トレーニングジム☆

休館日 5月20日・27日

6月3日・10日・17日

24日の各月曜日

【開館時間】

〇火曜日～土曜日 午前9時～午後10時

（トレーニングジムは、午前10時から）

〇日曜日・祝祭日 午前9時～午後5時

（トレーニングジムは、午前10時から）

☆総合球場☆

5月より利用可能となっています。

☆サッカー場☆

5月より利用可のとなっています。但し、芝生養生の関係から隔週になります。

（5月12日の週・26日の週・6月9日の週・23日の週はクローズです。）

☆スポーツロード☆

利用可能ですが、必ず体育館へ利用台帳への記入をお願い致します。

☆施設予約について☆

一般利用者の7月分施設予約は、6月3日（月）午前9時から受付となります。

多くのみなさんに参加していただけるような内容を企画していきたいと考えています。

尾花沢総合スポーツクラブ 協賛店 会員証提示でお得がいっぱい！！

<p>花笠の湯 徳良湖温泉</p>	<p>くつろぎの宿 花笠高原荘</p>	<p>CROSS COUNTRY-SKI Pro Shop (株) 富士スポーツ 〒999-4224山形県尾花沢市新町1丁目4番34号TEL:0237-22-0153/FAX:0237-22-0960</p>
<p>尾花沢市中町3番17号 そば処 甲洲屋 TEL 22-0125</p>	<p>尾花沢市新町中央4番5号 菅原八百屋 0237-22-1343</p>	<p>やきとり柳 屋 尾花沢市新町3丁目3番5号 TEL:0237-22-3550</p>
<p>デジカメプリント 証明写真 集合写真撮影 マイプリントスズキ 尾花沢市上町5丁目5-1 TEL:22-0050</p>	<p>和洋酒・食料品・青果物・鮮魚 食品 ストア かしわくら 尾花沢市新町一丁目16番22号 TEL:0237-22-0147/FAX:0237-23-3723</p>	<p>山形もがみ赤倉温泉スキー場 Maple cafe</p>
<p>フレッシュマート ベニー B まつもと 尾花沢市新町 TEL (22) 0279</p>	<p>豊かなくらしへのお手伝い 株式会社 文長</p>	<p>紺のれん阿部 村山駅西 こだわりの製法で作る 究極のらーめんをぜひ召し上がりください</p>
<p>セルフスタンド・セルフ洗車 尾花沢中央給油所 尾花沢市新町5丁目4647-3</p>	<p>厚生労働大臣認定 一級印章彫刻技能士がいる店 稲葉印房</p>	<p>まごころの味を提供します！ 養老の瀧 尾花沢店</p>
<p>満腹美味 中国料理 大南軒</p>	<p>悠湯の宿 ゆざわや 湯澤屋 〒999-6105 山形県最上郡最上町赤倉温泉 TEL:0233-45-2201(代) FAX:0233-45-2204 0120-45-2202</p>	<p>中華料理 かめや 尾花沢市大字中島166 TEL:0237-22-2965</p>
<p>ビジネスホテル おもたか 山形銀行尾花沢支店向かい</p>	<p>協賛店募集</p>	<p>協賛店募集</p>

NPO法人尾花沢総合スポーツクラブへの応援ありがとうございます！

H24年度賛助会員一覧（企業・団体）

(有) 永沢技術 (株) ふるさと振興公社 すずき歯科 (公社) シルバー人材センター
(有) ケアサービス東北 (有) はながさバス (株) 山陽精機 (株) おーばん
オールイ環境サービス (株) (株) 富士スポーツ 悠湯の宿 湯澤屋 (敬称略・順不同)



発行元 NPO法人尾花沢総合スポーツクラブ（尾花沢市体育館内）

TEL 24-0188/FAX 22-1055

NPO法人尾花沢総合スポーツクラブ

検索

