



総合型地域スポーツクラブ

会員のためのクラブニュース 2012.3 第30号

〒152-0003 東京都目黒区碑文谷6-12-43

電話・FAX 03-5768-0064 碑文谷体育館内

e-mail : info@sporte-meguro.com

<http://www.sporte-meguro.com>

*お問合せ、入会・更新 受付

月曜日 9:00~16:00 土曜日 13:00~16:00 (祝日除く)

スポルテ目黒

春から新種目がはじまります!

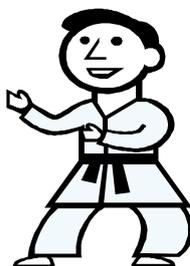
フラダンス

碑文谷体育館
<月曜日 16:00~17:30>
高校生以上



護身空手(カラテ)

五本木小学校 体育館
<木曜日 18:30~20:30>
小学生以上



ヒップホップ ダンス

碑文谷体育館 会議室
<月曜日 16:00~17:30>
5歳以上



くわしくは別紙チラシまたはホームページをご覧ください

<フ ラ ダ ン ス>

フラダンスは日本でも大変良く知られていますが、やはり映画「フラガール」でさらにファンが増えたと言われています。フラダンスの発祥はタヒチという説があり、タヒチからハワイに渡り、語り継がれてきたものが今に残っていると言われています。「フラ」とはハワイ語で「踊り」という意味なので「フラダンス」とは言わず、本来は「フラ」と言います。フラはハワイの人々が神への信仰の表現としてや、出来事を未来に残していく手段として伝わったそうです。ハワイでは子どもから高齢者まで幅広い年代に親しまれていますが、日本でもその人口は50万人とも言われ、全国に300近いスクールがあります。

また、フラダンスのイメージは、優雅な踊りと思われていますが、実は膝を曲げたままで、止まることなくステップを踏み続けるため、下半身に掛けてかなりの負荷がかかります。

憧れのハワイを体験しつつ、ダイエット効果もありそうですね。



3月10日(土) 碑文谷体育館にて実施



今年も笑顔あふれる「親子体操」!



雨降る肌寒い当日、皆来てくれるかな? と心配しながら会場準備。受付が始まるとにぎやかに次々子どもたちが集まり、計17組42名(大人19名・子ども23名)の参加がありました。

広い体育館の中ですぐに走り出す元気な子どもたち。大きな声で挨拶し、先生の指示で楽しく活動開始。準備体操をし、親子でマット運動。親子で手をつないで回ったり、抱かれたまま回ったり。連続回転に目が回ったのはお母さん方。子どもたちは大喜び、何回も挑戦しています。今回も大好評のパラバルーンが登場。皆で動かして大きな山にして登ったり、ドームの中に隠れたり。何回やっても楽しくて大騒ぎ。お父さんやお母さんと一緒に遊ぶのは楽しいね!!

皆の顔がそう言っています。大人だけでパラバルーンを飛ばす様子にも一生懸命応援しています。笑顔満面の子どもたちを見ていると、次はいつ開催しようかな? もっと! もっと! 多くの子どもの笑顔に出会いたいですね。次回もお楽しみに!!!

(子育てネットワーク担当 福島)



鷹番小学校体育館の活動について

「ジャンプロープ ~ なわとび・大縄跳び・ダブルダッチ」

3月の活動日は・ 3月31日(土)

4月の活動日は・ 4月7日(土)・14日(土)・21日(土)・28日(土)

お知らせ

参加時は受付で会員証の提示をお願いしています。

碑文谷体育館での活動の変更について

4月22日(日)に区長選挙が予定されているため・

4月21日(土)は活動がお休みです。

4月23日(月)は午前中活動がお休み、午後1時の「気功」より開始します。

4月2日(月)の「スナッグゴルフ」はお休みです。

「器械体操」の時間を4月7日(土)から変更します。

5歳以上の未就学児を14:00~15:00に実施し、小学生15:00~16:00に変更します。



五本木小学校体育館「護身空手(カラテ)」は4月5日(木)より開始します。

五本木小学校屋内プール小学生対象クラス参加者募集と4月の時間変更について

新1年生は4月6日(金)より募集開始します。教室は5月から始まります。

新2年生のみ4月中は15:55~16:55で実施します。(2年生以上の募集は終了しました)

碑小学校屋内プール小学生対象クラスの参加者募集と4月の時間変更について

新1年生は4月6日(金)より募集開始します。教室は5月から始まります。

新2年生のみ4月中は16:30~17:30で行います。(2年生以上の募集は終了しました)

4月30日(月・休日)と5月3日(木・祝)・5日(土・祝)の活動はお休みです。

4月30日(月・休日) 碑文谷体育館・野球場・庭球場

5月3日(木・祝) 五本木小学校体育館・碑小学校屋内プール

5月5日(土・祝) 碑文谷体育館・鷹番小学校体育館・五本木小学校屋内プール