

# ゆうスポNEWS

2019年  
5月

特定非営利活動法人ゆうスポーツクラブ TEL0827-63-1400

月行事予定  
5月



《行事》 11日(土) 由宇町近郷グラウンド・ゴルフ大会  
25日(土) ゆうスポーツクラブ総会  
《休館日》 7日(火)・13日(月)・20日(月)・27日(月)

## 大会結果

### 第10回周南市空手道連盟杯選手権大会

3月17日(日)

|        |       |    |         |
|--------|-------|----|---------|
| 小学4年男子 | 形 個人戦 | 優勝 | 伊藤蒼馬くん  |
| 小学4年女子 | 形 個人戦 | 3位 | 宮崎棚乃さん  |
| 小学6年男子 | 形 個人戦 | 優勝 | 岡本翔吾くん  |
| 小学6年男子 | 形 個人戦 | 3位 | 菅原颯斗くん  |
| 小学6年女子 | 形 個人戦 | 2位 | 坂井 陽菜さん |

|       |       |     |     |        |        |        |         |
|-------|-------|-----|-----|--------|--------|--------|---------|
| 小学高学年 | 形 団体戦 | 第2位 | 山剛館 | 岡本翔吾くん | 菅原颯斗くん | 藤末柚季さん | 寺岡慶一郎くん |
|-------|-------|-----|-----|--------|--------|--------|---------|



5/11 土

## 今月の顔ヨガ教室

首  
～キレイを作る魔法の時間～  
10年先も20年先も若々しく!

第2土曜日 9:30～10:30

場所 ゆうたん (ミ・ティン・グルム1) 参加費 1回 500円  
持参物 鏡・デジカメや携帯 (写真が撮れてその場で見れる物)  
高津文美子式フェイシャルヨガ アドバンス認定インストラクター MIWAKO先生

5月 3日(17日) 親子でリズム体操

毎月第1.3 金曜日  
ゴルフソークも休まずやります



3歳(次年度年少)対象 参加費 1回500円 持参物 飲み物

音楽に合わせて親子で、歩いたり、止まったり、しゃがんだり、ジャンプしたり、過重な運動はありません。どなたでも気軽に参加できます!!

## 注目 5月からの新講座 毎週金曜日 リズムダンス運動



|       |                     |
|-------|---------------------|
| 年少クラス | 多目的室<br>14:30～15:30 |
| 年中クラス | 多目的室<br>15:30～16:30 |
| 年長クラス | 小体育室<br>16:30～17:30 |

音楽に合わせて体を動かす、リズム感やバランス感覚を養う事を目的とします。

お先生と一緒に楽しく体を動かそう!!

参加費 1回 500円  
持参物 飲み物・シューズ (年長クラスのみ)

## ゆうたんクラフト講座

6/4 火

### 予告

6月より今年度の陶芸教室が始まります!!  
『玉づくりで一輪挿し』 講師:渡邊靖浩先生

場所 ゆうたん (ミ・ティン・グルム1) 参加費 700円 (材料費込み) 時間 9:30～12:00  
定員 15名 ※事前予約必要  
申込方法 ゆうたん事務局までお問合せ下さい

# 令和元年5月カレンダー

| MON (月)   | TUE (火)  | WED (水)  | THU (木)   | FRI (金)  | SAT (土)  | SUN (日) |
|---|--|--|---|--|--|---------|
|   |  | 1<br>卓球デー<br>9:15~11:30<br>YOGA教室<br>10:00~11:30                           | 2<br>ソフトバレーボールデー<br>9:30~11:30<br>体組成測定会<br>13:00~19:00<br>トランポリン☆エクササイズ<br>19:00~20:00                                     | 3<br>体組成測定会<br>10:00~20:00<br>親子でリズム体操<br>10:00~11:00<br>リズムダンス運動(年少)<br>14:30~15:30<br>リズムダンス運動(年中)<br>15:30~16:30<br>リズムダンス運動(年長)<br>16:30~17:30             | 4<br>はじめてのエアロピクス<br>9:15~10:45<br>幼児体操教室<br>11:00~12:00<br>児童体操教室<br>13:15~14:45<br>HIPHOPダンス教室<br>15:00~16:00<br>トレーニング講習<br>【要予約】15:00~  | 5       |
| <b>★講座のお休み</b><br><br>1日(水) 貯筋運動教室<br>2日(木) 健康ストレッチ<br>3日(金) ビーズ手芸教室<br>7日(火) ストレッチホール教室<br>7日(火) トレーニング講習<br>25日(土) HIPHOPダンス教室 |  |  |   |  |  |         |
| 6<br>開館日  | 7<br>休館日   | 8<br>卓球デー<br>9:15~11:30<br>YOGA教室<br>10:00~11:30<br>貯筋運動教室<br>10:00~11:00  | 9<br>ソフトバレーボールデー<br>9:30~11:30<br>健康ストレッチ<br>9:30~11:00<br>【M2】<br>体組成測定会<br>13:00~19:00<br>トランポリン☆エクササイズ<br>19:00~20:00    | 10<br>ビーズ手芸教室<br>13:30~15:30<br>リズムダンス運動(年少)<br>14:30~15:30<br>リズムダンス運動(年中)<br>15:30~16:30<br>リズムダンス運動(年長)<br>16:30~17:30                                      | 11<br>はじめてのエアロピクス<br>9:15~10:45<br>顔ヨガ教室<br>9:30~10:30<br>幼児体操教室<br>11:00~12:00<br>児童体操教室<br>13:15~14:45<br>HIPHOPダンス教室<br>15:00~16:00     | 12      |
| 13<br>休館日   | 14<br>ストレッチボール教室<br>10:00~11:00<br>トレーニング講習<br>【要予約】19:00~ | 15<br>卓球デー<br>9:15~11:30<br>YOGA教室<br>10:00~11:30<br>貯筋運動教室<br>10:00~11:00 | 16<br>ソフトバレーボールデー<br>9:30~11:30<br>健康ストレッチ<br>9:30~11:00<br>【M2】<br>体組成測定会<br>13:00~19:00<br>トランポリン☆エクササイズ<br>19:00~20:00   | 17<br>ビーズ手芸教室<br>13:30~15:30<br>親子でリズム体操<br>10:00~11:00<br>【アリーナ】<br>リズムダンス運動(年少)<br>14:30~15:30<br>リズムダンス運動(年中)<br>15:30~16:30<br>リズムダンス運動(年長)<br>16:30~17:30 | 18<br>はじめてのエアロピクス<br>9:15~10:45<br>幼児体操教室<br>11:00~12:00<br>児童体操教室<br>13:15~14:45<br>HIPHOPダンス教室<br>15:00~16:00<br>トレーニング講習<br>【要予約】15:00~ | 19      |
| 20<br>休館日   | 21<br>ストレッチボール教室<br>10:00~11:00<br>トレーニング講習<br>【要予約】19:00~ | 22<br>卓球デー<br>9:15~11:30<br>YOGA教室<br>10:00~11:30<br>貯筋運動教室<br>10:00~11:00 | 23<br>ソフトバレーボールデー<br>9:30~11:30<br>健康ストレッチ<br>9:30~11:00<br>【小体育室】<br>体組成測定会<br>13:00~19:00<br>トランポリン☆エクササイズ<br>19:00~20:00 | 24<br>ビーズ手芸教室<br>13:30~15:30<br>リズムダンス運動(年少)<br>14:30~15:30<br>リズムダンス運動(年中)<br>15:30~16:30<br>リズムダンス運動(年長)<br>16:30~17:30                                      | 25<br>はじめてのエアロピクス<br>9:15~10:45<br>幼児体操教室<br>11:00~12:00<br>児童体操教室<br>13:15~14:45<br><br>ゆうスポーツ<br>クラブ<br>総会                               | 26      |
| 27<br>休館日   | 28<br>ストレッチボール教室<br>10:00~11:00<br>トレーニング講習<br>【要予約】19:00~ | 29<br>卓球デー<br>9:15~11:30<br>YOGA教室<br>10:00~11:30<br>貯筋運動教室<br>10:00~11:00 | 30<br>ソフトバレーボールデー<br>9:30~11:30<br>健康ストレッチ<br>9:30~11:00<br>【小体育室】<br>体組成測定会<br>13:00~19:00<br>トランポリン☆エクササイズ<br>19:00~20:00 | 31<br>ビーズ手芸教室<br>13:30~15:30<br>リズムダンス運動(年少)<br>14:30~15:30<br>リズムダンス運動(年中)<br>15:30~16:30<br>リズムダンス運動(年長)<br>16:30~17:30                                      |  |         |