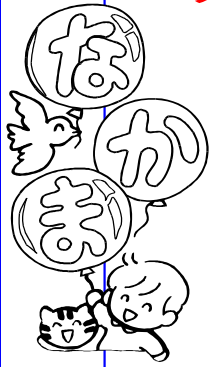


「こころと体の健康づくり」「子どもの健全育成」「スポーツ環境の整備」「まちづくりの形成」を理念とし、地域のネットワークづくりを目指しています。

心と体のための リラククスヨガ

毎週木曜日 19:30~
湧心苑1Fホール



- Q1 どんな人が参加していますか？
男女・年齢問わずいろんな人が参加しています。
- Q2 指導者はどんな人ですか？
国際ヨガ教室所属 ヨガインストラクターの「磯貝由貴子先生」です。
- Q3 どのような内容ですか？
身体のほぐし・つぼ押し、呼吸法、リラククスポーズなど身体に優しいヨガです。
- Q4 道具は何を持っていけばいいのですか？
運動できる格好であれば、結構です。マット等必要なものは用意してあります。
- Q5 一度体験で参加したいのですが？
ビジター会員は500円で参加できます。この内容でこの金額ではなかなか参加できません。一度遊びに来てみてください。

磯貝先生はほかの多くの施設でも指導されています。ご存知の方もいらっしゃるのでは…。



ミニバレーボール大会を開催。出水南校区や近隣校区また市内全域から女子12チーム・フリー10チームが参加しました。ハッスルプレーやナイスプレー、単純ミス(笑)が続出しました。

21年度も、「出水南子どもスポーツ教室」を開催。今回は年21回。出水南どっとネットが学習アドバイザー・安全管理員全てを運営します。



活動報告



出水南小体育館入口に備品倉庫が完成しました。ほとんどの備品を収納することができました。小学校の協力には感謝です。



東京の品川区にある「すまいるスクール山中」を視察。放課後子どもプランの活動地域で空き教室を利用し、スポーツ以外にパソコン教室や料理作りなど子ども達も放課後を楽しく過ごしていました。



クラブの活動等はブログでも、お知らせしています！

ご協力に感謝！チャレンジデー2009

平成21年5月27日(水)にチャレンジデー2009を開催。自治会や学校・企業のみなさんの協力のおかげで多くの参加者がありました。ありがとうございました。



熊本シティFM一日密着取材



熊日新聞朝刊掲載



活動プログラム

ショートテニス・卓球・ソフトボール・バレーボール・バドミントン・ミニバレー・ヘルスアップボクシング・ヨガ・ビーチボールバレー等

※その他活動してみたいプログラムがありましたら、ご一報ください！検討いたします。



詳しくは、
ホームページにて

<http://www.izumiminami.net>



プログラム案内・イベント紹介・ブログ等、携帯でも確認することができます。携帯で左のQRコードを読み取ってください。