

# 総合型地域スポーツクラブ 「仲間」

## <ミッション>

この会は、地域住民が自治能力をもって自分たちの地域のスポーツを自らの手で運営していくことを基本とし、地域住民の親睦と連帯を深め、楽しみながら健康増進と生涯学習、生涯スポーツの振興、普及を図ることを目的とする。

## <クラブ情報>

事務局情報	住所	〒961-0094 白河市追廻70-1		
	TEL	0248-22-0966	FAX	—
	H P		E-mail	
会員数	200名以上500名未満			

## <活動プログラム等>

### 体幹・筋力トレーニング講習会



郡山健康科学専門学校の檜村孝憲先生を講師に招き、空手道を学ぶ小学生を中心に体幹トレーニングと筋力トレーニングの講習会を実施していただきました。とても楽しく有意義な講習会となりました。

### ヨガ教室



ヨガピラティスインストラクターの竹前奈美子先生をお招きして計4回に分けてヨガ教室を実施しました。

### 白河市卓球スポーツ少年団

令和5年2月19日（日）に新白信ビルイベントホールにて白河市スポーツ少年団の卒団式がありました。スポーツクラブ「仲間」の一員である、白河市卓球スポーツ少年団の6年生11名が卒団式に参加しました。



### 白河ボッチャクラブ練習風景

令和4年4月1日にクラブが発足し、毎週月曜日午後1時～3時の間に楽しく練習しています。



## <クラブからの一言>

毎月第二火曜日、夜6時30分より体育館にて運営委員8名で会議を開き、毎日の行事や体育館の管理等、様々な角度から意見を出し合い進めております。地域に根差したスポーツ組織を目指し、より幅広く“スポーツと文化”として発展して行けばよいのではと取り組んでいます。特に、地域住民（町内会）と連携してお年寄りから子供まで交流が出来るような行事を実施して行きたいと思っております。