

# 特定非営利活動法人 たまかわ元気スポーツクラブ



## <ミッション>

NPO法人たまかわ元気スポーツクラブは玉川村及び近隣する地域の住民の健全な心身の維持・育成のため、日常生活の中でスポーツを楽しむ、技術を高めると共に、ボランティア活動への参加など、すべての世代を通して一体感のある心豊かな地域コミュニティの実現を目指すことを目的とする。

## <クラブ情報>

事務局情報	住所	〒963-6312 石川郡玉川村小高字大谷地71(たまかわ文化体育館内)		
	TEL	0247-57-7313	FAX	0247-57-7313
	H P	<a href="https://www.instagram.com/tamakawa_genki_sc?igsh=MXUzZGN4Z3YzMTROUw==">https://www.instagram.com/tamakawa_genki_sc?igsh=MXUzZGN4Z3YzMTROUw==</a>	E-mail	<a href="mailto:tgsc4632@gmail.com">tgsc4632@gmail.com</a>
会員数	200名以上500名未満			

## たまかわ元気スポーツクラブ 活動プログラム

### 明るく！楽しく！元気よく！！

たまかわ元気スポーツクラブでは子どもから大人まで、皆さんがここから元気になれる活動を目指しています。



#### げんきっず

会員限定

“やってみたい！”によりそう教室

遊びを通して「走る・跳ぶ・投げる」などの基本動作を楽しく習得。さまざまな動きで体を動かす楽しさを感じ、元気いっばいの成長をサポートします。

- ① たまかわ文化体育館
- ② 水曜日 月2回
- ③ (幼児の部)16:30~17:20  
(児童の部)17:30~18:20



#### ラージボール卓球

非会員OK

卓球で毎週会える仲間を作ろう！

大きく軽いボールでゆったりラリーが楽しめる卓球です。初心者や体力に不安のある方も安心して参加でき、健康づくりや交流にもおすすめです。

- ① たまかわ文化体育館
- ② 毎週木曜日
- ③ 9:30~11:30



#### トレーニング教室

非会員OK

トレーニングは絶対楽しく！！

体力向上や健康づくりを目的としたトレーニング教室です。筋力トレーニングや体幹運動を中心に、楽しく体を動かしながら運動習慣づくりを目指します。

- ① たまかわ文化体育館
- ② 木曜日 5月~2月の計20回開催
- ③ 19:00~20:45



#### トレッキング

非会員OK

同じ景色を見て広がる輪

県内の山々を歩きながら、自然の豊かさや大切さを感じるトレッキング。みんなで歩くことで楽しさも広がり、心も体もリフレッシュできます。

- ① 年2~3か所程度
- ② SNSや村内回覧でお知らせします



## <クラブからの一言>



クラブマネジャー  
関根 文夏

当クラブでは、活動を通して、「心健やかな自分」「健康でいられる自分」「仲間がいる自分」「地域とつながっている自分」など、いろんな“自分”に出会ってほしいと思っています。

ここでの時間が、自分を好きになれるきっかけになったら嬉しいです。初めての方も大歓迎ですので、ぜひ気軽にお問い合わせください！