

総合型地域スポーツクラブ

一般社団法人



ライズはしかみ 広報誌

平成 28 年 9 月号

階上町道仏字耳ヶ吠 32-21
TEL:0178-32-0147 (町民体育館)
FAX:0178-32-0157
HP <http://risehashikami.jp/>
Mail info@risehashikami.jp

9月に入り、朝夕は肌寒く感じるようになりました。この時期は夏の疲れと季節の変わり目で、体調を崩しやすくなります。風邪などを引かないよう、外出後には手洗いうがいをしっかり行い、規則正しい生活を心がけましょう。

さて、秋といえば、「食欲の秋」、「読書の秋」、「芸術の秋」、「行楽の秋」・・・そして「スポーツの秋」です!! 夏の疲れに負けず、いろいろなスポーツに挑戦してみたいですか。当クラブでは、9月30日まで無料体験キャンペーンを開催しています。この機会に是非一度、足を運んでみてください。

まだ間に合います! 無料体験キャンペーン開催中!!

参加してみたい教室に、
お好きな回数、何度でも
無料で参加できます!
こんなチャンスは
ほかにはありません。
今だけのこのチャンスをお見逃しなく!

**無料体験
キャンペーン**

開催期間: 9/1(木)~9/30(金)

～特典～
☆開催期間中は
何度でも体験可能
☆今年度の年会費
無料!!

各教室の活動時間: 場所はHPをご確認の上、TEL、FAX、HP、Mailのいずれかの方法でお申込み下さい!

お問い合わせ・お申込み
総合型地域スポーツクラブ
一般社団法人 ライズはしかみ
階上町大字道仏字耳ヶ吠32-21
TEL:0178-32-0147(町民体育館事務所内)
HP <http://www.risehashikami.jp/>
Mail info@risehashikami.jp

※体験実施中の教室に関しては、当クラブは一切の責任を負いませんのでご了承ください。

簡単!楽しい!! みんなのできる運動教室

～第6回コーディネーショントレーニング教室～

幼時から高齢者まで、どなたでも気軽に楽しく参加できる運動教室です!

参加費はございませんので、お友達やご家族をお誘い合わせの上、たくさんの方のご参加を心よりお待ちしております。

☆日時☆

9月25日(日) 10:00~11:30

☆場所☆

ハートフルプラザ・はしかみ

☆持ち物☆

飲み物・汗ふきタオル・動きやすい服装

第5回RISEはしかみ杯

学童野球大会

9/22(木)
24(土)

赤保内小学校グラウンド、階上中学校グラウンドにおいて、第5回RISEはしかみ杯学童野球大会が開催されます。町内からは、赤保内レイダース、石鉢ドリームズ、大蛇マリーンズ、道仏ブルーダイヤモンドズが出場します!! 選手の方のみなさんの健闘を祈ります。