

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 通信

平成 30 年 6 月号

階上町道仏字天当平 1-150
TEL:0178-32-0147 (町民体育館)
FAX:0178-32-0157
HP <http://www.risehashikami.jp/>
Mail info@risehashikami.jp

梅雨入りの時期がやってきました。蒸し暑くじめじめしている日は、体が汗を蒸発しきれずに体の中に熱がこもりがちになり、熱中症の危険性があります。運動をしている時はもちろんのこと、運動をしていない場合でも、こまめな水分補給は欠かさずに行いましょう。

さて、ライズはしかみは皆様のご支援とご協力により様々な活動・イベント等に参加させていただいております。今後ともよろしくお願いたします。

無料体験キャンペーン!

お申込み、まだまだ間に合います!!

気が付いたら楽しくな
って汗をかいている!
そんな活動を皆様に提
供します!

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!



参加者 募集中



楽しい教室ばかりで
す!
この機会に是非体験
してみませんか。

無料体験キャンペーン
7.2(月)→7.30(日)

キャンペーン期間中に入室すると今年度の年会費 **無料!!**

期間中は何度でも体験可能!

バドミントン教室
チアリーディング教室
ホップ・ステップ・ジャンプ教室
トランポリン教室
フラダンス・ヨガ教室

申込方法

各教室の活動時間・場所は裏面をご確認の上、申込用紙を持参またはFAX、Mailのいずれかの方法でお申込み下さい!

※メールでの申込み方法
ライズはしかみのホームページへアクセスしていただき、「メールでのお問い合わせ」より必要事項を記入して下さい。次に、無料体験についても選択し、参加される方の「氏名」「年齢」「性別」「住所」を明記の上、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
階上町大字道仏字天当平1-150
TEL:0178-32-0147(町民体育館事務所内)
FAX:0178-32-0157
HP <http://www.risehashikami.jp/>
Mail info@risehashikami.jp

※体験を希望する教室は明記の上、お申込み下さい。

お申込み方法につきましては、6月に保育園を通じてチラシを配布いたしましたのでそちらをご覧ください。お電話でのお申込みも受け付けております。(0178-32-0147)

チアリーディングチーム「RISE」 つつじマラソン出演!!

6月3日(日)つつじマラソン大会開会式において、チアリーディングチーム「RISE」が出演しました。新しい仲間を加え、最高の演技を披露することが出来ました。来月、7月27日(金)瑞光園夏祭り7月28日(土)いちご煮祭りへの出演も決定しております。是非ご覧ください!!

赤保内小学校 コーディネーション講座

5月30日(水)に、「赤保内小学校 コーディネーション講座」の講師として、先生方を対象にいろいろなコーディネーショントレーニングを行いました。

