

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 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・ステップ教室
トランプ・ボール教室
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いただき、次に、無料体験についてを選択し、参加される方の「氏名」「年齢」「学校名・保育園名(参加される方が子供の場合)」を希望する教室と参加日を明記の上、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に参加しては、各クラブは一切の責任を負いませんのでご了承ください。

お申込み方法につきましては、6月に学校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。

