

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12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

本格的な冬の訪れを感じるようになりました。寒い冬でも体を動かし体温を維持し、免疫力を高めることで、ウイルス感染や風邪などの発症リスクを軽減することができます。強い体を作るために、当クラブが運営する教室に、是非一度、足を運んでみてください。

さて、当クラブは今年一年、地域の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くことができました。誠にありがとうございました。今後とも、ライズはしかみをよろしくお願い致します。よい年をお迎えください。



子供の運動は、そんなに大事??



小さいころから運動して意味はあるの??



ゴールデン・レトリバー??

ゴールデンボンバー



ゴールデンウィーク??



みんな~~~~!!
この言葉聞いたことある??
意味って知っているかい??



全部ちがーう!!



簡単に説明しよう!!

- ◆ゴールデンエイジとは「一番、運動能力が向上する時期のこと」を言います。主に3歳~11歳の時期が「ゴールデンエイジ」です!!!
 - ◆数多くの有名スポーツ選手も、この時期にスポーツを始めていた!!
- ☆子供の可能性を、もっともっと広げよう!!! ☆



子供の可能性に
花を咲かせよう~!!



どんな運動をやればいいのか?
最後に誰か教えて~!



おいらが説明しよう!!

・もっとも必要な運動は
運動遊び!!

・もっとも必要なことは、3歳~小学校低学年までにたくさんの運動で遊ぶこと!!

☆ライズはしかみでは、可能性に満ち溢れた子供たちの花を咲かせる場として、様々な教室を行っています!!
スポーツの楽しさ!人とのコミュニケーション!仲間との協力!運動能力!様々な事が必ず身に付きます!
★楽しい時間を一緒に過ごしてくれる仲間募集中★

園児の子も入会しています!!

※教室活動時間は

裏面をご覧ください!!