

ハピ通信

8
月号

HAPISUKA TOYOSAKA SPORTS & CULTURE INFORMATION



アウトドアイベント

自然の中で楽しく自然散策！川遊び！虫取り！

8月2日（日）出発！
口谷森林公園会場
1年生～6年生対象

夏休みキッズ 作って遊ぼう！

クラブ

7月28日、8月4日、11日全3回
1年生～6年生対象

フライトリング
クラフト飛行機など
を作って楽しく遊ぼう！



夏休みはハピスカ！
楽しいプログラム満載です！

ヒミツの特訓！

かけっこ塾

～持久走大会編～

1年生～3年生スラス
4年生～6年生クラス

9月から
特訓開始予定！



9月5日

豊栄民謡祭り

参加者大募集！



ハピスカ会員の皆さん9月5日の民謡流しに
チームハピスカで参加しませんか？
参加費無料です！一緒に楽しく踊りましょう！

8 vol.78
月号 2015

発行
編集

ハピスカとよさか
Happy Sports & Culture Club



各種お問い合わせ

ハピスカとよさか

新潟市北区嘉山488-3 豊栄総合体育館内
TEL・FAX：025-386-7522
WEB：http://www.hapisuka.com/
EMAIL：toyosaka@hapisuka.com

豊栄総合体育館

新潟市北区嘉山488-3
TEL：025-386-7511 FAX：025-386-8787
WEB：http://www.hapisuka.com/
EMAIL：toyosaka@hapisuka.com

遊水館

新潟市北区前新田乙311
TEL：025-384-1211 FAX：025-386-1001
WEB：http://www16.ocn.ne.jp/~hapiswim/
EMAIL：yusuikan@hapisuka.com

体力測定会



実施報告

5月30日(土)に「体力測定会」が行われました！20代から70代の方まで10名の方が参加され、中にはなんと今回で13回目の参加という方もいらっしゃいました。

今回のご自身の結果を参考にして、今後のスポーツ・健康づくりに役立てていただければと思います。

次回の体力測定会は

10月17日(土) です。

皆さまのご参加お待ちしております



ハッピー Pick up!

ハッピーが気になるニュースをお伝えするコーナー





那須塩原へグラウンドゴルフ旅行

5月21～22日にハピスカとよさかグラウンドゴルフ会員さんの有志で、栃木県的那須塩原へグラウンドゴルフ旅行に行ってきました。

日中は宿泊するホテルに付属しているコースでラウンド、夜はおいしいご飯と気心の知れた仲間と楽しい時間を過ごしてきたそうです。実は今回の旅行は、会員さんが発起人となって開催したイベントです。これからも楽しみながら様々な形で、一緒にハピスカを盛り上げていきましょう。



遊水館 第2期水泳教室参加者大募集!

開始日/終了日	火 9月1日/12月1日	水 9月16日/11月25日	木 9月17日/11月26日	金 9月18日/11月20日	土 9月19日/11月21日
10:30 ~ 11:30		7 水中らくらく運動 水の特性を活かして水中ウォーキングや効果的なストレッチを行い健康増進・体力向上を図ります。 定員40名 3,000円	12 アクア&エクササイズ 音楽に合わせて楽しくリズムカルに身体を動かす水中エアロビクスです。 定員40名 3,000円	19 レインボー水中運動 頭も身体もいきいきと、いつまでも活動したい方におススメの水中体操です。 定員40名 3,000円	24 キッズスイム 水慣れからバタ足25Mを目指します。 定員15名 3,000円
11:45 ~ 12:45	1 のんびりクロール クロール25M泳げる方が対象です。50M以上泳げることを目指します。 定員15名 2,500円	8 初めてのクロール 泳げない方が対象です。クロール25M完泳を目指します。 定員15名 2,500円	13 プール入門 歩き方や浮く姿勢等、基本動作を学ぶクラスです。楽しく運動習慣を身につけましょう。 定員15名 2,500円	20 初めてのクロール 泳げない方が対象です。クロール25M完泳を目指します。 定員15名 2,500円	
	2 泳力アップ 様々な方法を取り入れ、一時間で1000M以上の練習をし、泳力の向上を目指します。 定員15名 2,500円	9 おさらい4種目 各種目25M以上泳げる方が対象です。おさらいとワンポイントアドバイスで上達を目指します。 定員15名 2,500円	14 クロール&背泳ぎ クロール25M泳げる方が対象です。背泳ぎ25M完泳とクロールの上達を目指します。 定員15名 2,500円	21 平泳ぎ クロール25M泳げる方が対象です。平泳ぎの基礎を練習し、25M完泳を目指します。 定員15名 2,500円	
			15 バタフライ クロール25M泳げる方が対象です。バタフライの基礎を練習し、25M完泳を目指します。 定員15名 2,500円		
16:30 ~ 17:30	3 幼児 定員20名 3,000円	10 幼児 定員20名 3,000円	16 幼児 定員20名 3,000円	22 幼児 定員20名 3,000円	
17:30 ~ 18:30	4 小学生 定員35名 3,000円	11 小学生 定員35名 3,000円	17 小学生 定員35名 3,000円	23 小学生 定員35名 3,000円	
18:30 ~ 19:30			18 小学生 泳力別、3班に分けて指導します。 定員35名 3,000円		
19:20 ~ 19:50	5 アクアジョグ30 色々な動きを取り入れ30分間楽しく、運動するクラスです。 定員15名 1,500円				19:30 ~ 20:30 25 バタフライ クロール25M泳げる方が対象です。バタフライの基礎を練習します。 定員15名 2,500円
20:00 ~ 20:30	6 平泳ぎ30 クロール25M泳げる方が対象です。平泳ぎの基礎を練習します。 定員15名 1,500円				
休止日	9/22,10/13,11/3,11/24	9月23日	9月24日	yusuikanswim@hapisuka.com	

募集要項

- 主催 NPO法人総合型地域スポーツクラブハピスカとよさか
 後援 新潟市
 期間 平成27年9月1日(火)～12月1日(火)
 会場 水の公園福島潟 遊水館 屋内プール
 参加対象 15歳以上の男女(ただし、小学生教室・キッズスイムは小学生のみ、幼児教室は年中児・年長児を対象とします)
 参加費 1,500円～3,000円(入館料別途 ただし未就学児は無料)
 本人の都合によるキャンセルは、参加費の払い戻しはできません
 応募期間 7月5日(日)～7月31日(金)まで 当日消印有効
 申込方法 往復はがきまたは電子メールにて下記内容を記載の上申し込みをお願いします。
 教室名 曜日 氏名(フリガナ) 郵便番号 住所
 電話番号 年齢(学生は学年も記入) 性別
 返信用メールアドレス(電子メール申し込みの方のみ)
 遊水館窓口に直接申し込みの場合は返信用はがきを必ずお持ちください。
 幼児・小学生クラスは1人1教室の申込みとさせていただきます。
 1枚のはがき・又は電子メールにつき申込者1名1教室の申込みとなります。
 電子メールでのお申し込みの際には遊水館からの電子メールが届くように設定をお願いします。

メールアドレス yusuikanswim@hapisuka.com