

ハピ通信

culture

1月号



HAPISUKA TOYOSAKA SPORTS & CULTURE INFORMATION

新年最初のファミスポは 書初めです!

新年最初のファミリースポーツは、活動の途中で書初めを行います。新年の抱負や目標など思い思いの言葉を書きましょう。

実施日：1月30日(土) ファミリースポーツ内



昨年度の様子

First exercise Become a the New Year
新年! "初" エクササイズ!



ヘルシーエクササイズ教室

ルーサーダットン・フラダンス・バレトン・筋トレ・ピラティス
エアロビ・種と体スツキリ!・ヨガ・太極拳・ソフトエアロ

参加者募集中!

詳細は別途事項をご覧ください

【お問い合わせ・申込み受付】 ハピスカとよさか
MPO 法人総合型地域スポーツクラブハピスカとよさか
〒950-0022 新潟市北区嘉山488-3 豊栄総合体育館内
0951-386-7522 TEL. 025-386-7522

第4期ヘルシーエクササイズ教室

参加者募集!

新年最初のご案内は、ヘルシーエクササイズ教室です。
外でなかなか運動が出来ない季節こそ、体育館の出番です!
日中、夜間と多様な時間帯と年齢・性別を問わないプログラム
をたくさんご用意しています。

新年“初”エクササイズはぜひハピスカとよさかのヘルシーエクササイズで! 皆様のご参加をお待ちしております。

1月号 vol.83
2016

発行
編集

新潟市北区嘉山488-3 豊栄総合体育館内 0951-386-7522
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://www.hapisuka.com/yusuikan/>
EMAIL: yusuikan@hapisuka.com

年末年始の営業について

本年も豊栄総合体育館をご利用いただき誠にありがとうございました。
 年末年始は下記の期間、休館とさせていただきます。

12月28日(月)～1月1日(金)

新年は1月2日(土)(営業時間9時～17時)より営業致します。

来年もご利用くださいますようお願い致します。

新潟市豊栄総合体育館



12/27	日	通常営業 9:00～21:30
12/28	月	休館日
}	}	}
1/1	金	休館日
1/2	土	臨時閉館 9:00～17:00
1/3	日	臨時閉館 9:00～17:00
1/4	月	休館日
1/5	火	通常営業 9:00～21:30

元旦

歩こう会に参加しましょう！

 

スタッフも参加します

豊栄南運動公園を出発し、福島潟付近を通り、豊栄南運動公園まで戻ってくる

2コース(4.6kmまたは3.8km、約1時間)です。天候に恵まれれば、

初日の出を見ることができます。参加者には、記念品として干支入り湯のみ茶碗が

プレゼントされます。6時15分より受付開始です。

新年の始まりに北区を散歩してみませんか。詳しくは新潟市北区ホームページをご参照ください。



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

葛塚市で脳年齢測定&脳トレ!

10月に葛塚市でハピスカとよさかの特設ブースを出店しました。テーマは、ズバリ「脳」です。脳年齢の測定やボケ防止につながる脳トレを行いました。

自分の脳年齢が測定できるということで多くの方が興味を示していました。また、ボケ防止の脳トレは普段ハピスカの教室などで実際に行っているものを体験していただきました。楽しく体験していただけてよかったです。



2015年遊水館の1年

第1回 遊水館 記録会

3月29日に遊水館初となる「記録会」を開催いたしました。

普段タイムを計る機会がなかなかないため、皆さんドキドキしながらのタイム測定。応援の聲が上がる中普段の練習の成果を発揮して頂きました！



自分の命を守ろう！ 親子で着衣泳体験会

7月26日に第2回着衣泳体験会を開催いたしました。

第9管区海上保安部の方を講師に迎え、離岸流の解説と着衣泳実習を行いました。屋外プールにて流水の中での歩行、救命胴衣やベットボルでの浮姿勢などを体験しました。



花見で ウォーキング セミナー

遊水館探検

秋の ウォーキング セミナー

4月18日と9月26日に豊栄総合体育館とのコラボイベント、ウォーキングセミナーを開催しました。遊水館のまわりのトリムコースから福島潟や北区文化会館などをめぐるウォーキングを行いました。春も秋も天候に恵まれ気持ちの良い空気の中歩くことができました。



あおぞら工作教室 in 遊水館 ことりのおうちを作ろう！

10月12日に遊水館の園地を利用し、「あおぞら工作教室in遊水館 ことりのおうちをつくらう」を開催しました。

当日は福島潟野鳥の会の方を講師に迎え、1枚の板から巣箱を作成しました。子供達も普段あまり触らないのこぎりやくぎ打ちをがんばり、素敵な巣箱が出来上がりました。

