渋谷区コミュニティスポーツ・レクリエーション協会

コミ・レク 渋谷ニュース 165

http://shibuya-komireku.net/

平成29年8月号

コミレクのホームページを公開中！！

http://shibuya-komireku.net/

入力するのは⇒「渋谷区コミュニティスポーツ・レクリエーション協会」
あるいは⇒「渋谷区コミレク」と入力し、【検索】してください。

残暑お見舞い申し上げます

平成29年8月

渋谷区コミュニティスポーツ・レクリエーション協会
会　長　　村上英子
理事長　　松倉邦雄

好き好き
スポーツディ
1

好き好きスポーツディ

☆リングバトル交遊会
9/2（土）午後2時～
ご参加ください！！

スポーツセンター・小体育室

＜バルーンテニス＞

8月12日（土）	13：30～15：30
8月26日（土）	〃
9月9日（土）	〃
9月23日（土）	〃
10月14日（土）	〃

ひがし健康プラザ・アリーナ

＜リングバトル・エクササイズ等＞

8月12日（土）	14：00～16：00
8月19日（土）	〃
8月26日（土）	〃
9月2日（土）	〃
9月9日（土）	〃

地域巡回教室

2 地域巡回普及教室～3B体操

中高年対象	８月10日(木)	*9：30～11：00*	ひがし健康プラザ
	８月17日(木)	〃	〃
	８月24日(木)	〃	〃
	８月31日(木)	〃	〃
	９月７日(木)	〃	〃
	９月14日(木)	〃	〃

小学生のヒップホップ　さんびー

〖HIPHOP feat.３Ｂ！〗

3B体操とHIPHOPのコラボクラス！
音楽に合わせて楽しく踊りましょう！

８月19日(土)　*13：30～14：30*　西原地域交流センター

地域巡回教室

3 地域巡回普及教室～ペタンク

８月５日(土)	*13：30～17：00*	スポーツセンター 相撲場横
８月12日(土)	〃	〃
８月26日(土)	〃	〃
９月２日(土)	〃	〃
９月９日(土)	〃	〃
９月23日(土)	〃	〃

年会費

4 平成29年度のコミレク会費の納入を

ありがとうございました。

Walking 63

5 代々木公園～明治神宮の木陰を歩く

日差しを避けて、夕方から代々木公園から明治神宮へと木陰を探し歩きます。

夏中エアコンをつけっぱなしの日々で、運動不足になっている体を少し動かしませんか。

汗をかいた後のビールは格別です！！

日　　時	：	８月２７日（日）　午後４時
集合場所	：	渋谷駅モヤイ像前
参 加 費	：	１００円（保険代）
お問合せ	：	事務局　吉備 厚子　（℡ 3356－1957）

＊９月は２３日（祝・土）を予定しております。

BBQ

6 コミレク☆バーベキュー ご参加ありがとうございました！

７月30日（日）、南新宿「あおい会館」で恒例のバーベキューが開催されました。朝からの曇り空でしたが、30余名の参加がありました。
時折涼しい風も吹き、火の傍の焼き方さんや周りの人たちもホッと…
今年もお肉やお魚など、美味しい食材が揃っていました。
また差し入れもたくさんいただき、感謝、感謝、感謝です
ご参加の皆様、本当にありがとうございました。

コミレクこれからの予定

～お手伝いをどうぞよろしくお願いいたします～

・くみんの広場

１１月４日(土)～５日(日)

＊スタッフ募集は、コミレクニュース９月(166)号にて。

・障害者団体連合運動会

１１月２３日(祝・木)

＊スタッフ募集は、コミレクニュース10月(167)号にて。

・しぶやニュー駅伝　２０１８

＊スタッフ募集は、コミレクニュース11月(168)号にて。

・第８回 渋谷・表参道 Women's Run

＊スタッフ募集は、コミレクニュース1月(170)号にて。