

Camellia通信

第7号(2010.3.1発行)

昭和総合型地域スポーツクラブ キャメリアサッカースクール2010年度新規会員募集中!

昭和総合型地域スポーツクラブ Camellia(キャメリア)では、サッカースクールの新規会員を募集します。
ヴァンフォーレ甲府も練習しているグラウンドで元気にサッカーを楽しみましょう!!

スクールにご興味のある方は無料体験(初回のみ)もできるのでお気軽にご連絡ください。スクールの詳細は下記の通りです。

対象 :キッズ(年中・年長園児)から小学生まで。
目的 :サッカー技術の向上、心身の育成、基礎体力の向上を目的としています。
スクールコーチ:ヴァンフォーレ甲府育成コーチングスタッフによる指導。

クラス	対象	回数	時間	コース	曜日*1	定員(8カテゴリー)
キッズ	年中・年長園児	週1回 または 週2回	15:30 ~ 16:20	A	火・木	年中20名・年長20名
				B	水・金	年中20名・年長20名
U-8	小学1・2年		16:20 ~ 17:20	C	火・木	1年20名・2年20名
				D	水・金	1年20名・2年20名
U-10	小学3・4年		17:30 ~ 19:00	E	水・金	3年40名
						4年40名
U-12	小学5・6年	17:30 ~ 19:00	F	火・木	5年40名	
					6年40名	

1:週1回の場合は、どちらかの曜日をあらかじめ選択してください

【会費】 入会金:5,000円、年会費(次年度の進級時のみ):5,000円

月会費:週1回 3,500円、週2回 7,000円

【場所】 昭和町押原公園人工芝グラウンド

【お問合せ・入会申し込み】 昭和総合型地域スポーツクラブ Camellia(キャメリア)まで
詳細は裏面(お問い合わせ先)をご覧ください



ヴァンくんCUPに参加しました (2009年12月12日)

12月12日(土)、「2009 ヴァンくんCUP U-10大会」に参加しました。
今年もたくさんのスクール生が参加しました。
練習の成果を発揮し、一生懸命頑張りました。



昭和総合型地域スポーツクラブ Camellia

マタニティヨガ教室、ママのためのヨガ教室を開催しました

1月19日(火)、2月16日(火)押原公園管理棟2階会議室にてマタニティヨガ教室を開催しました。

マタニティヨガは、リラックス効果に加えて妊娠中の腰痛や運動不足の解消になり、呼吸法なども身につきます。助産師の先生の指導のため、妊娠、出産に対する不安や疑問も相談できます。次回は3月16日(火)に開催いたしますので、お気軽にお問い合わせ下さい。

また、1月22日(金)、2月26日(金)に同場所にて子育て中のママさんを対象にヨガ教室を開催しました。産後の身体をリフレッシュしませんか？次回は3月19日(金)に開催いたしますので、お気軽にお問い合わせ下さい。

参加者募集中！！

マタニティ ヨガ 教室	【日程】3月16日(火) 13:30~14:30
	【講師】相川 緑先生(助産師) 【対象】妊娠16週以降の医師の了解を得た方
	【参加費】1回1000円 【持ち物】バスタオル、飲み物、運動のできる服装
ママのためのヨガ 教室	【日程】3月19日(金) 13:00~14:00
	【講師】田中 夕起子先生 【対象】子育て中のママ(子連れ可)
	【参加費】1回1000円 【持ち物】ヨガマット(またはバスタオル)、飲み物、運動のできる服装

キャメリアいきいきステーション

ヘルスアップ ウォーキング

9月2日から1月27日まで毎週水曜日に、昭和町教育委員会と昭和町いきいき健康課、ヴァンフォーレ山梨スポーツクラブと共催で「ヘルスアップ ウォーキング」を行いました。たくさんのご参加ありがとうございました。



11月25日の遠出コースの様子です。今回で2回目になる遠出は勝沼に行ってきました。心配されていた天候も晴れ紅葉がきれいに見られました。最後は温泉でゆっくり疲れを癒して帰途につきました。

Camellia お問い合わせ先

Camellia(キャメリア)は昭和町の木『椿』をモチーフに名づけた「昭和総合型地域スポーツクラブ」の愛称です。昭和町・(社)山梨県サッカー協会・(株)ヴァンフォーレ山梨スポーツクラブが協働し、「地域に根ざしたスポーツ文化」の構築を目指します。

昭和総合型地域スポーツクラブ Camellia

〒409-3864 昭和町押越1500-1 押原公園内

055-275-6851 (火~金 10:00~16:00)

URL <http://www.showa-camellia.com>

昭和総合型地域スポーツクラブ Camellia