

SC山梨(総合型地域スポーツクラブ山梨)は
山梨県内の総合型地域スポーツクラブ30クラブで
運営している組織です。

円滑な運営に資する情報交換や交流の活性化を図
り、各地域におけるクラブの価値を高め、生涯ス
ポーツ社会の実現に向けたスポーツ環境の充実に
寄与することを目的としています

やまなし 総合型クラブ 交流イベント

主な種目

トレーニング&セルフケア

ヨガやストレッチなどを組み合わせ、
体力アップやリフレッシュを目的としたレッスンを体験します
親子のふれあいにも最適です♪

指導:高橋友喜子氏 競泳 パルセロナオリンピック
アテネオリンピック 出場 他



ドッチビー

柔らかいディスク(ドッチビー)を使用します
投げ方、キャッチを練習します。
どこまで速くに投げれるかな?
最後はドッチビーのゲームで楽しみましょう!

指導:バスケットボールスターズ(B☆SRARS)



11月23日(水・祝)
13時30分~15時30分
(13時受付開始)

場 所 小瀬スポーツ公園 武道館
参加費 無料
持ち物 室内履き、運動に適した服装、
飲み物、タオル
対 象 どなたでも参加可能(先着100名)

主 催 公益財団法人山梨県スポーツ協会
山梨県広域スポーツセンター
総合型地域スポーツクラブ山梨

参加費
無料

申込方法

お申込み方法 Google formsよりお申込み
ください
<https://forms.gle/TzkSZxg3NQ9hxiPP6>

締め切り 11月20日(日)



お問い合わせ
昭和総合型地域スポーツクラブ
カメラア
<http://www.showa-camellia.com/>
055-275-6851
(平日9時~17時)