

若さと健康！ 気軽に楽しくスポーツを！

総合型地域スポーツクラブ



うみかぜクラブ

すし
だま

編集・発行 うみかぜクラブ運営委員会

〒249-0003 逗子市池子 1-11-1 逗子アリーナ内 TEL 046-870-1296

運営 公益財団法人逗子市スポーツ協会 <https://zasa.jp>

会員数 431 件 469 人 (一般 56 人 シニア 323 人 ジュニア 23 人 ファミリー 29 件 67 人) R6.8.17 現在

秋のビーチヨガ開催

大変好評の「ビーチヨガ」を開催します。波音を聴き、海風を感じながら行うヨガは、心身共にリフレッシュできます。是非、ご参加ください。

日 時 令和 6 年 9 月 22 日 (日)

29 日 (日)

10:00~10:45

*雨天・荒天の場合は中止

場 所 逗子海岸 (「ステーキ宮」の前辺り)

費 用 会員…各100円 非会員…各500円



体力テスト会

現在の体力を数値で確認してみませんか？

毎年多くの方に参加いただいている未就学児のテストも行います。

日 時 令和6年10月14日 (月・祝)

20才以上 9:30~11:00 受付時間 9:15~ 9:45

3才~就学前 11:00~12:00 受付時間 10:45~11:15

対 象 3才~就学前及び20才以上の健康な方

場 所 逗子アリーナ

種 目 3才~就学前

両足連続跳び越し・立ち幅跳び・後方ハイハイ走・テニスボール投げ など

20~64才

握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・立ち幅跳び・急歩

65才以上

握力・上体起こし・長座体前屈・10m障害物歩行・6分間歩行・開眼片足立ち

その他 室内用運動靴をお持ちください。



紹介&入会金無料キャンペーン

春にも実施しました「紹介キャンペーン」と「入会金無料キャンペーン」を同時に下記の期間で行います。このお得な機会に、ご家族、お友達、お知り合いを紹介ください。

期 間 令和6年9月1日(日)～10月31日(木)まで

特 典 ☆紹介キャンペーン 参加無料券5枚・ジュニアの場合アイス券3枚
(紹介頂いた方が入会されましたら紹介者に進呈)

☆入会金無料キャンペーン 通常入会金 市内の方 1,000円 } 無料!
市外の方 2,000円

一泊健康ハイキング

スポーツ協会が主催し、「一泊健康ハイキング」を開催します。是非、ご参加ください。
*詳しくは、9月以降にHP (<https://zasa.jp>) をご覧ください。

日 時 令和6年10月28日(月)午前6時30分逗子アリーナ集合～29日(火)

場 所 岐阜県中津川市・恵那市 長野県南木曾町・松川町

1日目 アリーナ→馬籠館(昼食)→中山道ハイキング→ホテルへ

2日目 ホテル→恵那峡クルーズ&さざなみ公園散策→道の駅つち(昼食)

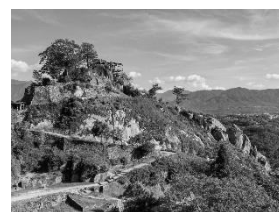
→苗木城跡散策→マルダイ大場農園(予定)

→アリーナ 21:00 着予定

*中山道ハイキングの歩行距離 約5.3km

*さざなみ公園散策の歩行距離 約1.5km

*苗木城跡散策の歩行距離 約2.0km



費 用 25,000円(税込、バス代、りんご狩り代、傷害保険料、1泊2食など)

申 込 令和6年9月3日(火)午前9時から逗子アリーナにて受け付けます。

令和6年度 第1回総会 結果報告

日 時 令和6年6月8日(土) 9:00～9:30

会 場 逗子アリーナ 第1会議室

議題1 令和5年度総合型地域スポーツクラブうみかぜクラブ事業報告について

◎メニュー実施回数 753回 ◎延参加者数 21,478人 ◎平均参加者数 28.5人

議題2 令和5年度総合型地域スポーツクラブうみかぜクラブ収支決算について

収入の部 (単位 円)

科 目	決算額
会費収入	4,956,900
寄附金収入	69,000
雑収入	34,122
繰入金	170,000
前期繰越金	470,050
合 計	5,700,072

支出の部 (単位 円)

科 目	決算額
教室、講演会、大会等事業費	3,804,930
広報・調査活動費	129,867
管理費	1,163,046
特定預金支出	100,000
予備費	0
次期繰越金	502,229
合 計	5,700,072

出席者からいくつかの質問や意見が出されましたが、すべて了承されました。

編 集 後 記

◆記録的な猛暑が続いています。熱中症・夏バテを予防するために、以下のことに注意して、ご参加ください。
◎少なくとも6時間以上の睡眠を取る。 ◎1日3食しっかり食べる。 ◎水分・ミネラル補給を忘れずに。

うみかぜクラブ運営委員会 TEL046-870-1296