

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

だより

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 468件511人(一般65人 シニア344人 ジュニア28人 ファミリー31件74人) 2024.12.10現在

うみかぜまつり(無料体験 day)

スタンプラリー開催！

2種目以上参加いただいた方に、ドーナツプレゼント(1人1個)

*午前・午後それぞれ75個の先着順となります。

2025年2月9日(日)開催

山登り…9時市役所集合～長柄桜山古墳～逗子アリーナ

*雨天時の開催有無は、8時に決定します。

ゴールの逗子アリーナにて、ドーナツのプレゼントあり

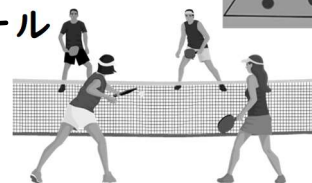
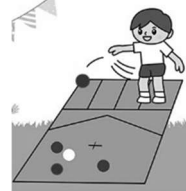
9:00～ 9:50 シニアヨガ

10:00～先着30名 血管健康測定・ストレス測定

10:00～12:00 バドミントン・ボッチャ

12:15～14:15 卓球・ピククルボール

14:30～15:30 太極拳

すべて参加無料！室内履きをご持参ください！

会場 逗子アリーナメインアリーナ(山登り以外)

申込 直接会場へお越しください。

10:45～2階談話室で、軽食、コーヒーを販売します。
売り切れ次第終了となりますが、どうぞ、ご利用ください。

すべてどなたでも楽しめる種目です。ご家族、ご友人とご参加ください。

血管健康測定とストレス測定では、血管の健康度とストレス程度を客観的に確認
できますので、是非、お試しください。たったの3分で、身体のずれ・歪みが数値でわかる「シセイカルテ」を
うみかぜまつり開催時間に限り、1回500円を40%OFFの300円でご利用いただけます。

文化展開催！

うみかぜまつりの一環として文化展を開催します。

写真展、絵画展、趣味の作品展など、どんな作品でも構いません！ 日頃、撮っている写真や作品を展示してみませんか？ 1週間逗子アリーナに展示します。

作品は、2月2日(日)までに逗子アリーナへご持参下さい。

実施日 **2025年2月9日(日)～15日(土)**



水曜ジュニア教室 クリスマス会開催

小中学生が参加できるジュニア教室（卓球・バドミントン）の12月25日は、参加された方にプレゼント（小中学生のみ）があります。

会員でなくてもOK！ 小中学生なら誰でも参加費無料！

お友達を誘ってご参加ください。

会 場 逗子アリーナメインアリーナ

時 間 16:00～18:00

持ち物 室内シューズ、運動できる服装、飲み物など

SNSを使った情報発信について

うみかぜクラブの情報については、LINE、ホームページをご覧ください。

スマートフォン、タブレットの方は、右のQRコードから、パソコンからは、HP(<https://zasa.jp/umikaze/>)にアクセスして、ご覧ください。

特に、「**おでかけウォーク**」「**ノルディックウォーク**」に、参加される方は、**LINEの友達追加**をお願いします。

当日の実施有無について配信しますので、ご活用ください。

LINE・HP QRコード



LINE



HP

編集後記

◆2024年も、「地球沸騰化」が進み一段と暑い年となりましたが、このところ1日の寒暖差が激しくなってきましたので、体調にご留意の上、良いお年をお迎えください。

うみかぜクラブ運営委員会 Tel 046-870-1296