

ココカラは、誰もが身近にスポーツに親しめる地域を目指して、会員みんなで運営するクラブです。

大圏総合型地域スポーツクラブ ココロとカラダ健研究会 会報

事務局
B&G 体育館内
いくいく
TEL 080-1919-1857
いっぱいココなら
後援
周防大島町教育委員会
<http://www.cocokara-oshima.org>

(回覧)

ココカラ No.40.

H.19.9.18 発行

今年も **熱** かった♪ ココカラ 夏のイベント

大盛況

ラジオ DE 健康 おしぼりね 体操大会

参加の形もいろいろ...

複数会場に参加したラジオ体操に **燃える** 子

先生方 **親子で参加**♡

大きな中学生 **小さい子**

健康指向の元若者

ありがとう **ございました**

1/2 COCOKARAパフォーマンス2007

- 世界陸上マラソン 嶋原選手、健闘！ 住民80名が大スクリーンに熱い声援！
- サークルパフォーマンス けさび太鼓・フルリア大島キッズビクス&ザ・スリム 熱演！
- 特別講演 TV「世界-受けたい授業」そのままの青島先生の楽しいお話に、「クラシック音楽って、こんなに楽しかったんだ...」と聴衆344名は大満足♡

卓球は、生涯スポーツですよ！

けがは少ないし、小学生から大ベテランまでピン球・卓球台の規格も同じだから一緒にやれるし..

周防大島卓球クラブ (ふれあい卓球)

土曜 13:00 ~ 16:00 (スポーツは 15:00まで)
B&G 体育館

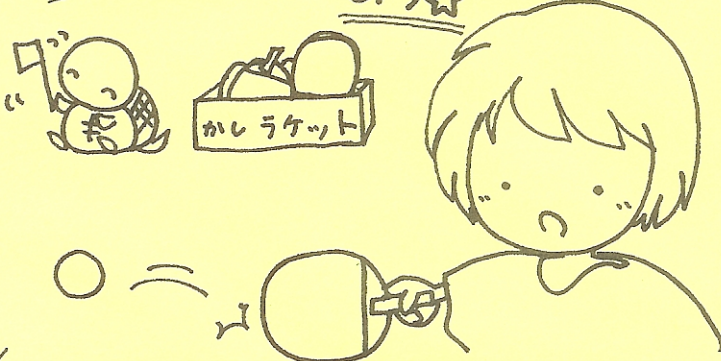
↑ 8/25、B&G 体育館を訪問。

サークル訪問
*興味のある方は、事務局にお問い合わせを

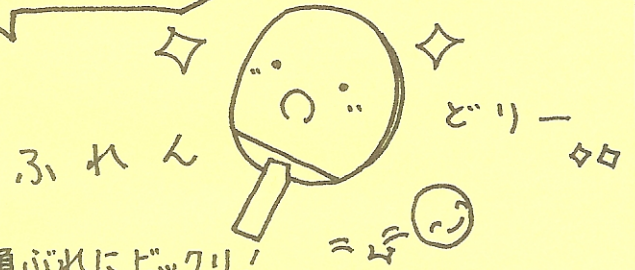
初心者大歓迎♡

貸しだしラケット

あり☆



kumi



まず、メンバーの多彩な顔ぶれにビックリ！

小・中学生、商船の学生さん、若い(?)人もいれば、

「56才から卓球を始め、11年になります..」という女性も、

そして、最年長は、昭和14年生まれの大ベテラン。

これらのメンバーが、初心者はベテランに教わりながら、まず基本練習。そして、対戦相手を替えながら、試合形式。

力はいらないし、けがは少ない、肩を動かすのは肩こりにもいい...と、まさに卓球は生涯スポーツです。