平成 22 年 12 月号　No. 31

こっぽっ報

Goppo ええぞなクラブ

<問い合せ先>　「Goppo ええぞなクラブ」　事務局　TEL /FAX　0836-39-6336　携帯 090-3175-6144
(E-mail)goppoeezona@yahoo.co.jp　　(HP)http://goppoeezona.ddo.jp/

お知らせ

✧書道は来春再開予定です。

✧ふるさとウォーキングは 12 月 12 日（日）と 1 月 24 日（月）に行います。
集合場所については裏面のカレンダーをご覧ください。

Goppo クラブハウスの年末大掃除を行います！ご協力ください！
日時：12 月 18 日（土）9:00～12：00
持ってくる物：軍手、がんぜき、草刈り機（できれば）

参加者募集！

～剣道の実力アップをはかろう！～
ステップアップセミナー剣道編

日時：12 月 18 日（土）　9:00～12:00
場所：こころの医療センター　体育館
講師：涌井忠昭氏、諸石卓三氏
保険料：会員無料　非会員 100 円

～身体の歪みを矯正～
コアトレーニング研修会

ストレッチポールを用いて、肩こり、腰痛の解消を行います。
日時：1 月 30 日（日）13:00～15:00
場所：Goppo ええぞなクラブハウス
講師：末永成一氏

～目指せ優勝Ａ級Ｂ級Ｃ級小学級！～
卓球大会

日時：12 月 19 日（日）
9：00～12：00
保険料：会員無料
非会員 100 円
場所：東岐波小学校体育館

どなたでも参加可能！

～スポーツチャンバラ～
スポーツチャンバラ大会

日時：2 月 13 日（日）
場所：宇部市武道館
保険料：会員無料
非会員　100 円

お申込みは、お問い合わせ先まで！

はーと of ふれんず 障害者の祭典

10月17日（日）ヒューストンとスポーツチャンバラで出店。大勢の方がこの二種目を体験し大賑わいでした。

ふれあい祭り

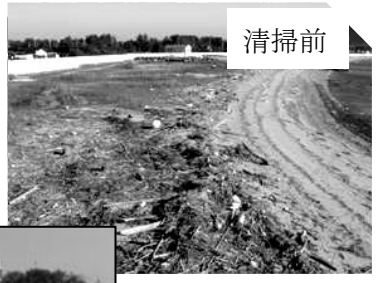
11月21日(日)

今年もヒューストンで出店し、延200名の参加者がいらっしゃいました。作品出品では書道5名と篆刻6名が素晴らしい作品を展示、そして芸能発表の、エアロビクス・ダンスは舞台から降り、参加者の目を惹いていました。

海岸清掃 10月17日（日）

ボランティアによる山陽病院下の清掃は環衛連、寿会、Goppoええぞなクラブの共催で開催され、参加者は約60人！

全員が黙々と2時間ゴミを拾い、東岐波海岸は大変綺麗になりました！



ご参加ありがとうございました！

コーディネーショントレーニング研修会 10月23日（土）

今年もtoto助成金により、コーディネーショントレーニングの研修会を開催しました。講師平井博史先生と中田徹先生をお招きをしました。午前はフロンティア大学の学生や、一般スタッフの協力のもと、子どもとペアで行う活動を実施しました。午後は大人は講義、子どもたちはフリスビーの作成と、ボールやフラフープを使ったコーディネーショントレーニングをしました。参加人数は総勢48名で子供36名、大人12名。スタッフは19名でした。

年々参加者が増え嬉しい限りです。

＜お問い合わせ先＞
TEL/FAX 0836-39-6336（平日のみ）
携帯 090-3175-6144
E-mail goppoeezona@yahoo.co.jp
HP http://goppoeezona.ddo.jp
〒755-0241 宇部市東岐波丸尾4138-11
平日9：00～18：00 Goppo ええぞなクラブ

随時会員募集中！

★運動してみたい方
★何か指導したい方
☆是非Goppoに来てみませんか？
ご連絡お待ちしております！