

おおやま総合型 スポーツクラブ



2011年 秋号



10月以降のイベント

- ・なかよしウォーキング
- ・発見トレッキング
- ・男の料理塾
- ・季節の寄せ植え教室
- ・スキー、スノーボード教室
- ・スキー、スノーボードスラローム大会
- ・各教室、サークル

通年スクールも
随時受け付け
ています！

クラブの愛称募集中

採用の方にはスクール参加回数券
10枚(5,000円相当)プレゼント！
締切:2012年2月末日
お気軽に事務局まで
お寄せ下さい



発行 / おおやま総合型スポーツクラブ

〒930-1326 富山市花崎378(大山社会体育館内)

TEL/FAX 076-483-0059

ホームページ <http://ww2.ctt.ne.jp/~ohssc> まもなく更新します！

メールアドレス ohssc@pk.ctt.ne.jp お気軽にメールして下さい！



クラブ会員
募集中！

うら面もあるよ！

10月以降のイベント

発見トレッキング

○きれいな空気や景色を満喫しながら地元の良さを再認識しましょう！

レンタルあります。(予約が必要です)

レインコート:1,500円 シューズ:1,500円
リュック:1,000円

10月23日(日)
八郎坂 追分 大観台

11月20日(日)
城ヶ平 ハゲ山 大岩山

参加費(1回):1,000円 * 交通費は各自負担です。
* 別途、クラブ年会費が必要です。

スタッフ:今泉隆雄



心太極拳

○ジャッキーチェンにあこがれて30年前に陳式太極拳に入門しました。今では身近になりましたが、当時の太極拳は知名度も低く、門外不出でなかなか教わることのできない中国の秘伝でした。おおよまの教室ではマッサージやツボ押しも取り入れて疲労回復や若返りにも効果を発揮しています。ぜひ、1度参加してください！

参加費(4回/月):2,000円

* 別途、クラブ年会費が必要です。

講師:山野文睦



なかよしウォーキング



○「わが町を知ろう」をテーマに5回行なっています。7月は文珠寺・上野、8月は国際大学・職藝学院、9月は粟巣野方面と気持ち良く汗を流しながら参加者同士の交流を深めました。2時間余りですが、皆さんも郷土の自然に触れリフレッシュしませんか？マイペースでオッケーです。お待ちしてま～す！

参加費(1回):会員100円
非会員200円

スタッフ:表美智子



男の料理塾

○料理初心者のパパでも安心して参加できます！奥さんやお子さんを笑顔にする、とっておきの男の料理を作りませんか？

10月22日(土)

クリームパゲティ、ミネトロネ...

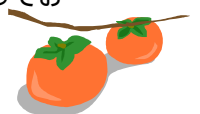
11月27日(日)

鶏のじぶ煮、鮭の南蛮漬け...

12月17日(土)

デミグラスソースのハンバーグ、ポトフ...

参加費(1回):会員2,000円
非会員3,000円



季節の寄せ植え教室

○ミニ門松、正月用寄せ植えを作って、新年を迎えましょう！

12月下旬開催

場所:スポールピロティ

参加費:会員2,500円
非会員3,500円



スキー・スノーボード教室

○スキーはSAJ公認指導員、スノーボードはJSBA公認プロとインストラクターがレベルに合わせて楽しく上達させます！
1月中旬より開催

○2月中旬にデュアルスラローム草大会開催！

講師
永井義浩(スキー)
山下浩司(スノーボード)など

