

タタラスポーツ邑だより



リフレッシュパーク&スポーツの森



全国的に雨の多い夏で、大雨洪水による自然災害も多く、短い夏が終わり少しずつ秋の訪れを感じる季節になりました。今年の夏は、コロナ感染の拡大や天候不順な日が多かったため、屋外レジャーやスポーツを中止された方も多かったのではないのでしょうか。9月を迎え、暑さも幾分和らいで、スポーツには最適な季節です。この夏あまり運動できなかった方、運動不足で夏太りした方には、スポーツで是非リフレッシュを図り、体もシェイプアップしていきましょう。

生涯スポーツ時代を迎え、退職後や高齢期を迎えても、いつでもどこでも誰もがスポーツできる環境が整っています。若いころかじったことのあるスポーツや、チャレンジしたいと思っている健康運動に挑戦してみるのもよい方法です。これから迎えるスポーツの秋に「健康づくり・仲間づくり・生きがいづくり」を始めてみましょう。



やまぐちリフレッシュパークNEWS

プールご利用ありがとうございました



今年は125名という人数制限をしながらの実施でしたが、天候にも恵まれ多くの皆さんにご利用いただきました。ありがとうございました。来年度もよろしくお願いたします。

夏休み教室がんばりました！

この夏は、水泳教室を始め、コーディネート運動教室、リフレッシュヨガ、リズムシェイプアップ教室、球技教室、ゴルフスポーツ教室、サッカー教室など、多くの教室を開催しました。運動能力や体力の向上を目指し、夏休みのよい思い出にもなったことと思います。二学期からも引き続き身体を動かし、さらに運動に親しんでほしいと願っています。



山口市スポーツの森、山口マツダ西京きずなスタジアムNEWS

ナイター軟式野球交歓大会開催

スポーツに適した季節になりました。9月から「エンジョイスportsシーズン」として、ナイター軟式野球交歓大会を「山口マツダ西京きずなスタジアム」で開催します。

本年度は、参加が2チームのため、9月17日(土)と9月30日(金)の二日で行います。ナイター照明の元、本格的な野球場での試合は、日頃の練習と異なり気持ちも盛り上がるはずです。



昨年の交歓大会の様子です