

令和元年6月23日(日)

雨天中止

深緑を歩こう

in岐阜大学位山演習林

- ◆ 受付 午前8時30分～(午前9時出発)
- ◆ 集合場所 山之口公民館 (萩原町山之口)
- ◆ 参加料 会員200円/非会員500円
※参加料に保険代は含まれます
- ◆ 持ち物 弁当、水筒、雨具(カッパ)、軍手
- ◆ 服装 長袖、長ズボン、山歩きに適した靴など

コース

山之口公民館→岐阜大学位山演習林→山之口公民館
9:00出発 15:00頃解散

※演習林の入り口までは車で移動します

位山演習林でしか感じることのできない自然林の中を散策します。
ぜひご家族、お友達お誘い合わせの上ご参加ください。



主催 NPO法人萩原スポーツクラブ
共催 NPO法人森のなりわい研究所
協力 岐阜大学位山演習林

★お申込み先★ NPO法人萩原スポーツクラブ ☎0576-52-1514 FAX52-1030

キリトリ

6月23日(日)深緑を歩こう申込書

氏名	住所	携帯番号	生年月日
----	----	------	------

氏名	住所	携帯番号	生年月日
----	----	------	------

氏名	住所	携帯番号	生年月日
----	----	------	------

イベント・教室のご案内

ペタンク大会

子どもから年配の方まで一緒にプレーができ、初めての方でも楽しく手軽にできるスポーツです！

日時：6月20日(木)予選・21日(金)決勝
受付：午後7時00分 開会式：午後7時15分
場所：あさぎりグラウンド(雨天：あさぎり体育館)
参加費：HSC会員1人200円・非会員1人500円
申込締切：6月13日(木)まで 先着40チーム

当初予定と開催日が変更となりました。



HSCソフトミニ バレーボール大会

日頃のストレス発散!?仲間づくりの場としても、お誘い合せて、ぜひご参加ください！

日時：6月8日(土)午後12時30分～受付
場所：あさぎり体育館
参加費：HSC会員200円・非会員500円
申込締切：5月31日(金)まで
※女性にて1チーム4～6名で編成(対戦は当日抽選)



「春季ヨガ教室」

対象：中学生以上

初めての方でもリラックスしてヨガ体験ができます。ヨガは血液をサラサラにしたり、免疫力がアップして風邪に負けない体質にする効果があります。

開催日 6/5(水)・12(水)・19(水)・26(水)
時間 午後7時30分～午後9時
場所 星雲会館2階悠悠ホール
参加費 1回/HSC会員200円、非会員500円
持ち物 ヨガマット又はバスタオル、フェイスタオル、飲み物

「ゆる体操教室」

ご高齢の方、今まで運動習慣のなかった方でも気軽にでき、体を緩めることで新陳代謝が良くなる、身体にやさしい体操です。

開催日 毎週火曜日(祝祭日を除く)
時間 10時00分～11時30分
場所 あさぎり体育館2階
講師 熊崎順子先生
参加費 1回/HSC会員無料、非会員500円

「ヒップホップ教室」

ダンスを通して仲間とのコミュニケーションが豊かになり、自己表現する楽しさが味わえます。現在1年生～6年生の男女が活動しています！

開催日 毎週金曜日
時間 18時45分～19時45分
場所 萩原北中学校武道場
講師 大森康史先生
参加費 1回/HSC会員無料、非会員300円

「ちびっこ運動広場」

跳んだり転がったり、ボール使った動きなど、様々な全身運動を取り入れながら、遊び感覚で楽しく体を動かしましょう！

開催日 毎週土曜日
時間 午前9時～11時まで
場所 あさぎり体育館
参加費 1回/HSC会員無料、非会員300円
年会費3,000円

☆親子での参加も歓迎します！

NPO法人萩原スポーツクラブ

〒509-2506 岐阜県下呂市萩原町羽根1696-1 あさぎりスポーツ公園内
<http://www.hagiwarasc.com> FAX 0576-52-1030

☎0576-52-1514



【受付時間】AM 08:30 - PM 5:15 【定休日】土日祝祭日