

## 小林元気クラブ

### ① ラージボール卓球教室

対象者：市内在住者

参加費：無料（年会費 60歳以上 6,000円 18歳以上 7,000円 高校生以下 3,800円）

特 徴：健康増進のために和気あいあいと

開催日：毎週月曜日（祝祭日を除く）

講 師：なし

### ② エアロビ教室

対象者：市内在住者

参加費：月額 500円（年会費 ①に同じ）

特 徴：「元気よきはつらつと」

開催日：月 3 回火曜日（祝祭日を除く）

講 師：長岡江利子（外部講師）



### ③ ヨガ教室

対象者：市内在住者

参加費：月額 500円（年会費 ①に同じ）

特 徴：

開催日：毎週水・金・土（祝祭日は除く）

講 師：長崎まり子（外部講師）

### ④ ミニバレー教室

対象者：市内在住者

参加費：無料（年会費 ①に同じ 体験希望者は 300円/回）

特 徴：老若男女問わずハッスルプレー

開催日：毎週水・木・金（祝祭日を除く）

講 師：なし

## イベント紹介

### ① 小林元気クラブ杯ミニバレー大会

会 場：小林市民体育館

開催時期：令和 5 年度は 7 月に実施

対 象：市内で活動するチーム（令和 5 年度は 13 チームが参加）

### ② 小林元気クラブ主催ウォーキング大会「あるんみっど！ひなもり」

会 場：小林市ひなもり台県民ふれあいの森「集合訓練広場」

開催時期：令和 5 年度は 11 月 19 日（日）

対 象：西諸管内在住の方

特 徴：ひなもり台周辺の紅葉を楽しみながら 5 km のコースを歩きます

