

7月27日指導者研修会を市民プールにて開催された

AEDと心肺蘇生法



緊急事対策

AEDの設置場所

担架 //

毛布 //

熱中症対策

緊急連絡先

119番通報

運動時間帯の活動場所の環境に気お付けて行いましょう。

こまめの塩分(タブレット)水分の補給をしましょう。

注意 コロナ感染が広がってます。こまめの手洗いうがいをしましょう。

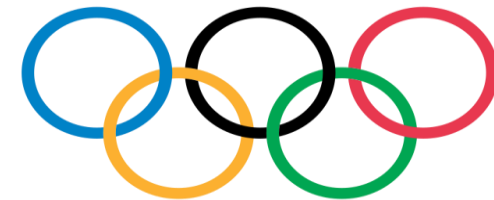
パリオリンピック開会されました。

会場 ##### 19:30からトロカデロ庭園;セーヌ川
(日本時間:7月27日午前2時30分より)



この写真の作成者 不明な作成者は CC BY のライセンスを許諾されています

PARIS 2024



皆さんの応援をお願いします。

クラブ交流イベント～BBO～を開催しました！

令和6年7月27日クラブ交流イベントの一つ「クラブ交流BBQ」を開催しました。クラブ会員同士の交流を深める良い機会になりました。この日は指導者研修会、着衣泳法が午前中に行われました。また、BBQで一杯食べて盛り上がりました。！！このイベントも非会員の方も参加可能でした。



スポーツ吹矢体験会！

吹矢の健康効果！○血管のつまりや動脈硬化を予防 ○冷え性の改善 ○高血圧や糖尿病の予防

○心を落ち着かせ、ストレス解消 ○肩こりの改善 ○内臓機能の活性化

○がん、車の改善 ○睡眠を予防 ○色感力を高める ○脳の老化防止 など

日時：令和6年8月31日
時間：午前10時から12時まで

費用：無料

用具は揃えてあります！

練習日：毎週水曜日

時間：午後2時から午後4時頃まで

場所：第1、第3水曜日 「八幡公民館」

※いつからでも参加できるように用意しています

やまが総合スポーツクラブ 2024年8月プログラム ※○印は会場や日時に変更がある場合につけています。中止は、アリーナのイベントのため使用できないためです。

種 目 \ 曜 日	対象者	会 場	時 間	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
				木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
バドミントン	小学生～一般	総合体育館 第2アリーナ	※PM7時～9時	☆							☆							中止							中止							☆		
	中学生～一般	総合体育館 第2アリーナ	※PM7時～9時					☆								中止						☆							☆					
バレーボール	初級コース	山鹿中学校体育館	PM8時～PM10時		☆							☆							☆							☆							☆	
	キッズ(小学3年生まで)	山鹿中学校体育館	※PM7時半～PM8時半		☆							☆							☆							☆							☆	
陸 上	幼児～一般	第1G横トイレ付近	※AM8時半～10時										☆							☆							☆							
		※第1G横トイレ付近	PM6時～PM7時半									☆			☆							☆				☆			☆			☆		
ハンドボール	小学生	山鹿市総合体育館	PM 6時～7時半							☆							☆							中止						☆				
バスケットボール	小学生～一般	山鹿小学校体育館	PM 6時～8時			☆							中止							中止							☆							☆
	中学生～一般	米野岳中学校体育館	※PM7時～9時				☆							☆							☆							☆						
卓 球	小学生～一般	総合体育館 第1アリーナ	AM 9時半～11時半		☆			☆		☆					中止		中止						中止		中止					☆		☆		☆
空手道	幼児～一般	総合体育館 第1アリーナ	PM 7時～8時半					☆							中止							☆							☆					
太極柔力球	小学生～一般	総合体育館 第1アリーナ	PM 7時～9時					☆							中止							☆							☆					
健康ビーチバレー	50歳以上	総合体育館 第1アリーナ	AM 9時半～11時半							☆							中止								中止						☆			
バウンドテニス	小学生～一般	鹿本体育館	※PM8時～10時	☆				☆			☆				☆			☆				☆			☆				☆			☆		
剣道	小学生	三玉小体育館	PM7時～8時		☆			☆		☆		☆			☆		☆		☆			☆		☆		☆			☆		☆		☆	
	中学生～一般	三玉小体育館	PM8時～10時		☆			☆		☆		☆			☆		☆		☆			☆		☆		☆			☆		☆		☆	
居合道	幼児～一般	山鹿中学校体育館	※PM7時半～9時						☆							☆							☆							☆				
太極拳	幼児～一般	総合体育館 第1アリーナ	PM7時～9時		○							○							中止								○							○
スポーツウェルネス吹き矢	～一般	※広見研修センター	PM2時～4時			☆				☆							☆							☆						☆				
運営委員会		総合体育館会議室	PM 7時～																			○												
種 目 \ 曜 日	対象者	会 場	時 間	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
				木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土