

※スケジュールは、事情により変更になることがあります。ご了承ください。

月	火	水	木	金	土	日
			1 ロコモ体操教室 19:30~加納交流センタ ミニバレー 19:30~ 加納小体育館	2 ファミリーサッカー	3 フライングディスク (豆まき) 節分 	4 ウィンタートレッキング
5	6 県SC連絡会議 	7 うがい・手洗いで 風邪予防! 	8 ミニバレー 19:30~ 加納小体育館	9 冬季オリンピック 開会式 ファミリーサッカー	10 ボウリング 10~エースレーン 	11 建国記念日 スノーセラピー (雪が降ったら) レインボーサッカー
12 ホースセラピー 13:30~ 	13 1130事業報告会 	14 St. Valentine's 	15 ロコモ体操教室 19:30~加納交流センタ ミニバレー 19:30~ 加納小体育館	16 ファミリーサッカー 	17 ミニバレー大会(23回) 加納スポーツセンター 	18 レインボーサッカー
19	20	21 元気にからだを 動かそう! 	22 ミニバレー 19:30~ 加納小体育館	23 ファミリーサッカー 	24 バスハイキング 	25 フライングディスク こころとからだのわくわく教室
26 ステップアップ講習会 	27	28	インフルエンザにご注意ください!! ・外出後のうがい・手洗いを心がけましょう。 ・十分な休養とバランスのとれた栄養をとりましょう。 ・インフルエンザにかかった場合、熱が下がっても発症後1週間は安静に! ※発症前と発症してから3~7日間はウイルスを排出すると言われています。			

2月のイベント

- ◇2月3日(土)フライングディスク 豆まき大会(南部墓地公園)
毎年恒例、フライングディスクの練習後に豆まき実施します。
節分に皆んなで豆まきして邪鬼を払いましょう!!
(天候によっては、場所・日程の変更があるかもしれません。)
- ◇2月17日(土)第23回 レインボー杯ミニバレー大会
笑って・汗かいて・楽しめる初心者~中級者のミニバレー大会です。
場所:加納スポーツセンター ・時間:8時30分 集合 ・9時 開会式
- ◇ウィンターウォーキング・ウォッチング(2/4or11)
寒さも楽しみに! えびの高原に雪が降ったらスノートレッキング!!
みんな雪を見に行こう!!



シーガイアジョギング・ユニファイド大会 参加者募集

- ◇第33回 宮崎シーガイアジョギング・ユニファイド大会
日程:4月15日(雨天決行) 場所:フローランテ南側サッカー場
参加者募集中! お一人でもお友達どうしもお気軽にご参加ください。
種目:2km、5km、10km、ウォーキング 申込締切:3月16日
※申し込みの際は、所属の欄に「半九レインボーSC」と記載してください。
レインボーは、ユニファイド部門を担当します。
ボランティア(伴走・受付等)も募集中です。
不明な点は、お問い合わせください。



1月のイベント報告

- ◇1/8(月・成人の日) 初詣(青島神社)&フライングディスク初投げ
今年一年の健康やそれぞれの思いを神様にお願いにしました。
その後、清武体育館で初練習!! 今年も頑張りましょう!!



- ◇1月14日(日)ウィンターウォーキング・ウォッチング(えびの高原)
寒波で宮崎にも雪が降りました。ベストコンディションの中えびの高原に雪遊び
に行きました。雪だるま作ったり、白紫池までスノートレッキング。最高でした!!



その他(報告・連絡)

- ◇2月6日(火) 県SC連絡会議
- ◇2月13日(火) 1130事業報告会
- ◇2月19日(月) ステップアップ講習会
- ◇2月25日(日) こころとからだのわくわく教室
場所:都農町藤見公園 時間:13:00~15:00
「かけっこ教室」参加費は無料です。締切:2/9
- ◇エコリサイクル(アルミ缶・瓶回収) 引き続きご協力お願いします。



○クラブ連絡先: 半九レインボースポーツクラブ
〒889-1605 宮崎市清武町加納甲1500-6
TEL: 090-1195-3333 FAX: 0985-56-6282
E-mail: ①rainbow_3080@yahoo.co.jp
②t3080@ezweb.ne.jp
クラブマネジャー 澤山(理事長)
○HP http://www.geocities.jp/rainbow_3080

