

※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。

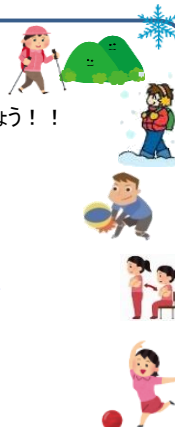
月	火	水	木	金	土	日
<p>あけましておめでとうございます</p> <p>新しい年が素晴らしい年でありますよう 心よりお祈り申し上げます 今年もよろしくお願ひいたします 令和5年 元旦</p>						1
2	3	4	5	6	7	8
			◎ミニバレー 19:30～ 加納小体育館			初トレッキング
9	10	11	12	13	14	15
成人の日 初ハイキング 		1月11日 鏡開き	◎ミニバレー 19:30～ 加納小体育館		◎ボウリング 10～エスレーン ホースセラピー 清武ホースパーク	◎フライングディスク 初投げ！！
16	17	18	19	20	21	22
			ロコモ体操教室 19:30～加納交流センタ ◎ミニバレー 19:30～ 加納小体育館		◎スノートレッキング 	◎スノーハイキング
23	24	25	26	27	28	29
		ロコモ体操教室 19:30～ 加納交流センター	◎ミニバレー 19:30～ 加納小体育館		◎ウインター トレッキング 	◎フライングディスク ◎ウインターハイキング
30	31					

1月のイベント・サークルの案内

◇各スクール（活動初め）

2023年、各スクール 元気に新年の活動を開始～！
寒い日が続きますが、今年も楽しくスポーツで健康に過ごしましょう！！

- ◇トレッキング(初登り) 8日(日)
- ◇ハイキング(初ハイキング) 9日(月・成人の日)
- ◇ウインタートレッキング 21日(土)、28日(土)
- ◇ウインターハイキング 22日(日)、29日(日)
- ◇ミニバレー： 毎週木曜日 19:30～ 加納小学校体育館
- ◇ロコモ体操： 19(木)、25(水) 加納交流センター 19:30～
- ◇フライングディスク： 15(日)、29(日)
- ◇ボウリング： 14(土) 10:00～ エスレーン
- ◇ホースセラピー： 14(土) 13:30～ 清武ホースパーク
- ◇サッカースクール： 休講



共生スポーツ大会 ボウリング大会の報告

11日に、みんなで参加！ パラスポーツステップアップ事業のボウリング大会が開催されました。(宮崎県障がい者スポーツ協会主催)
初めての参加でしたが、皆んなやる気マンマンで自分のスタイルで楽しめました！！



第5回宮崎市総合型クラブ交流大会の報告

17日にエスレーンで宮崎市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会主催のボウリング大会が開催されました。
レイボーから4チーム11名がファミリーの部に参加しました。
・1位 (黒木鈴佳・野田龍馬・牛込チーム)
・ブービー賞(植木穂毅、植木玲子・津曲久美チーム)



12月のイベント報告

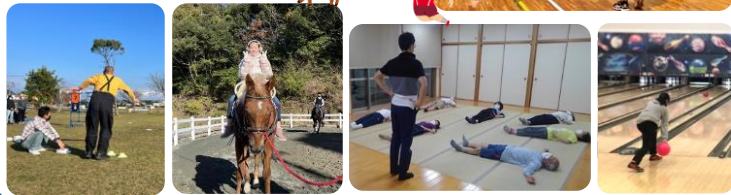
◇25(日) クリスマス会(フライングディスク)

今年最後の投げ納め。ディスタンスやアクチュアラーシーの上位3位に表彰。ディスクッターでのビンゴゲームも盛り上がりました。
今年のフライングも思い出いっぱいになりました！！



◇2022年 活動納め

ロコモ体操・ボウリング・ミニバレー・フライングディスク・ホースセラピー
2023年も楽しみましょう！！



赤い羽根共同募金について

各サークルでの募金ご協力ありがとうございました。
12/26に社会福祉協議会へ募金させていただきました。
募金額については、別途報告します。

○クラブ連絡先： 半九レイボー-SC
〒880-0921 宮崎市本郷南方4422-7
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)
OHP <http://rainbow3080.lomo.jp/>

