

※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	2	3	4	5	6	7
		憲法記念日 	みどりの日 	こどもの日 	トレッキング 	カヤック体験会 フライングディスク 13:30~ 
8	9	10	11	12	13	14
			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 		トレッキング ホースセラピー 13:30~ 	県障がい者 スポーツ大会 フライングディスク 
15	16	17	18	19	20	21
MOTHER'S DAY 			ミニバレー 19:30~ 加納小体育館 	県SC会議 	トレッキング 	カヤック体験会 フライングディスク 13:30~ 
22	23	24	25	26	27	28
ミヤマキリシマ ハイキング 		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 		クラブ総会 ボウリング 10:00~ エースレーン 	ミヤマキリシマ ハイキング 
29	30	31	  			

## 5月のイベント・サークルの案内

- ◇トレッキング 6(土)、13(土)、20(土)
- ◇ハイキング 22(月)、28(日) 春の花が見頃です！！
- ◇カヤック 7(日)、21(日) カヤック開始します！！
- ◇ミニバレー： 毎週木曜日(5/4除く) 19:30~ 加納小学校体育館
- ◇ロコモ体操： 11(木)、24(水) 加納交流センター 19:30~
- ◇フライングディスク： 7(日)住吉公園, 21(日)南部墓地公園 13:30~
- ◇ボウリング： 27(土) 10:00~ エースレーン
- ◇ホースセラピー： 13(土) 13:30~ 清武ホースパーク
- ◇サッカースクール： 休講

## シーガイアジョギング・ユニファイド大会報告

◇第38回 宮崎シーガイアジョギング・ユニファイド大会  
晴天に恵まれ、ランにウォーキングにそれぞれ頑張りました！



## 4月のイベント報告

- ◇8(土) トレッキング(障子岳) 4月なのに障子岳は樹氷の世界でした！
- ◇9(日) ハイキング(加江田溪谷) 清流や奇岩を見ながらの森林浴は最高！



- ◇22(土) トレッキング(大浪池) 天候に恵まれて最高の景色を堪能しました。
- ◇23(日) リバー カヤック(加江田川) 今年の初カヤックは加江田川！！



- ◇29(日) リバー カヤック(綾(本庄)川) 感覚を思い出しながらカヤック体験しました！
- ◇30(日) トレッキング(古祖母山) 花盛り(ミツバツツジ・アケボノツツジ・シャクナゲ)の山を楽しみました！！



## 県民スポーツ祭(フライングディスクの部)案内

6月3日(土) 12:30~ 受付 13:00~ 競技開始  
ひなた宮崎県総合運動公園木の花ドーム  
(1)アキュラシー(3M・5M・7M・13.5M のいずれか)  
(2)バリアフリーディスクゴルフ体験(希望者)  
参加費は無料です。親子で参加しませんか??  
※希望者は、5/7までに牛込に連絡をお願いします。



## その他(報告・連絡)

- ◇5月14日(日) 県障がい者スポーツ大会  
フライングディスクの部 県総合運動公園 広場AB
- ◇5月27日(土) クラブ総会  
2022年度事業実績及び会計報告・2023年度計画等  
会員の皆様、お忙しい時期ですが出席をよろしくお願いいたします。  
※総会前にボウリングレクリエーションを実施します。



○クラブ連絡先： 半九レインボー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  
クラブマネージャー 澤山(理事長)  
OHP <http://rainbow3080.lomo.jp/>

