



びほろスポーツクラブ Beet

< Beet 事務局 >

住 所：美幌町字西 1 条南 5 丁目
トレーニングセンター内

TEL：73-4117

FAX：73-4119

HP：http://www.bihoroshinbun.com/bsa/bihoro_beet.html E-mail：sports@town.bihoro.hokkaido.jp

新年、明けましておめでとうございます。今年もよろしくお祝い致します。

本年も様々な事業・イベントを企画しておりますので、皆さんの参加をお待ちしています！

Beet 今年初の教室・イベントのお知らせ！

～夏見 円(元オリンピック日本代表) さんのクロスカントリースキー体験指導～

ジュニアクロスカントリースキー体験教室を開催致します！

日 程：平成 25 年 1 月 7・8・9 日 (月～水)

【1 日目】1 月 7 日 (月) 10:00～11:30

【2 日目】1 月 8 日 (火) 10:00～11:30

【3 日目】1 月 9 日 (水) 9:30～11:30

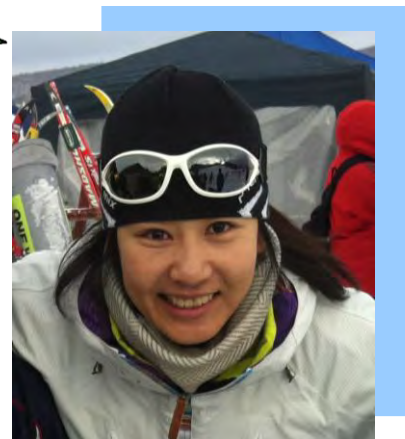
場 所：柏ヶ丘陸上競技場クロスカントリースキーコース

対 象：小学生約 20 名と指導者並びに保護者等

申込み：小学生の参加申込みは既に終了しておりますが、当日一般の方も見学出来ますので是非、トップアスリートの指導法をご覧ください。

内 容：クロスカントリースキー体験、基本滑走、総合滑走

その他：夏見円さんの指導は、9 日のみとなりますので、お間違えのないようにして下さい。



※荒天の場合は中止となります。

～じぶんの体力レベルを調べてみよう～

町民体力測定会！

日 程：平成 25 年 1 月 26 日(土) 午前 9 時～正午

場 所：美幌町スポーツセンター体育館

参加料：無料

対 象：4 歳から大人まで (全町民)

申込み：1 月 16 日(月)までトレーニングセンターへお申込み下さい。

内 容：立ち幅跳び、上体起こし、腕立ふせ、時間往復走、5 分間走

※後日、認定証を発行いたします。



このチラシはスポーツ振興くじ toto の助成を受けて作成しています。



Beet 近況活動報告

ゆうゆう☆ビートスポーツ教室

10月15日～12月17日の計10回にかけて、55歳以上の男女を対象とした今年度最後のスポーツ教室を開催しました。フロアカーリングやミニテニス、腰痛体操など様々なスポーツにチャレンジ！怪我もなく、無事に教室を終えることができました。今回は、男性が4名も参加してくれましたよ！ありがとうございます(*^^)vそして…最終日はチーム対抗戦ゲームをした後に、皆さんで昼食を取りながら楽しみました。



あんたがた
どこさあ～

ズワイガニ～で
ハイポーズ！

ゆうゆう☆ビートスポーツ教室

昨年はこんな教室を行いました！



ノルディックウォーキング教室



初心者テニス教室



チャレンジデー



サッカー教室



親子水泳教室



キッズ☆ビートスポーツ教室



バドミントン教室



日ハム観戦ツアー



子どもスポーツフェスティバル

いけえ～！！



ラッコ水泳教室



なでしこスポーツ教室

クラブ運営スタッフ・クラブサポーター募集！

詳しくは、Beet事務局までお問い合わせください。

スポーツクラブのイベント・教室等のお手伝いをしていただける方を募集しています。

興味はあるが指導経験のない方、学生さんも大歓迎です！皆さんのご協力をお待ちしております。