

牛久市スポーツ協会だより

牛久市スポーツ協会事務局(牛久運動公園体育館内)
☎873-2486 FAX873-2895

牛久グリーングラウンド・ゴルフクラブ

代表 みぞい よしまさ 溝井 美正 問☎872-3959



大空の元、「心身両面の健康維持」に役立つ軽運動として、仲間との交流を大切に元気に楽しんでいきます。一緒に楽しみませんか？いつでも入会可能です。公認指導員が基本から親切丁寧に指導します。

【定期練習】 栄町運動広場

毎週月・水・金曜日午後1時～4時

【入会金】 1,000円 【会費】 300円/月

【保険代】なし(各自加入)

拳正道部

代表 あまの かおる 天野 馨 問☎090-9302-6484



拳正道は護身武道です。突・蹴・受の陽の技、投げ・固め・抜き技の陰の技、ヌンチャク、杖などの器物法があります。技の向上と共に精神面も鍛えられます。小学生から壮年まで20人程で元気に楽しく稽古しています。

【定期練習】 牛久第三中学校武道館

毎週月・金曜日午後7時30分～9時
(年少部は午後7時30分～8時30分)

【入会金】 5,000円

【会費】 5,000円/月(年少部は4,000円/月)

【保険代】 会費に含む

牛久市文化協会だより

牛久市文化協会事務局(文化芸術課内)
☎871-2300

Pick Up! 新規加盟団体紹介

バレエ エトワール

代表 ひろせ ひろみ 廣瀬 陽 問☎090-1700-8435

E ballet.etoile.ushiku@gmail.com



大人クラス、練習風景



文化協会広報委員会《取材レポート》

本年度から文化協会に加盟されたバレエ エトワールのスタジオを訪問しました。

昨年7月から市役所傍のビルで活動をスタートし、生徒は3才からお孫さんを持つ大人まで約40人。準備練習では手、足の内側・中の筋肉を十分にほぐし、後半は基本動作をしっかりと繰り返しのレッスンを続けていました。生徒さんからはバレエのレッスンを受けるようになって、姿勢も良くなり、実年齢よりも随分若く見えるようになったと言われるそうです。講師は日本バレエ協会に所属する現役のプロバレエダンサーで、他のバレエ団の公演に応援出演されることがあるとのこと。

未経験の方も大歓迎！何歳からでも始められます。無料体験レッスンも行っていますので、お問い合わせください。



牛久市文化協会に加盟しませんか？

加盟すると
こんないい
ことが！

- 広報…ホームページ、広報紙、専用スタンドなどで広報のお手伝いをします
- 利用…市の各生涯学習センターの使用料が半額免除されます
- 交流・連携…外部団体との連携事業(イベント等への協力)・研修参加 など

加盟条件 ・代表者が市内に在住し、活動拠点が市内にあること
・会員が5人以上であること

※詳しくは上記 牛久市文化協会事務局 まで