



キャメリアでは、平成 25 年度「スポーツ振興くじ toto」の助成を受けております。

ヘルスアップウォーキング 遠出 山中湖・花の都公園コース 10月30日(水)押原公園管理棟前 8時30分集合

押原公園出発、バスにて山中湖まで移動し、花の都公園を目指してウォーキングを行います。

- 日 程：10月30日(水)
- 8：30 集合 押原公園管理棟前
 - 8：40 バスにて出発
 - 10：15 到着 山中湖 交流プラザ
ウォーミングアップ
 - 10：30 ウォーキング 開始 約 8 k m
 - 12：30 花の都公園 到着
昼食・自由散策
 - 14：00 バス 出発
 - 15：30 押原公園 到着



参加費：1000 円（傷害保険料・昼食代（おにぎり）含む）*当日お持ち下さい
 持ち物：歩きやすい服装、靴、帽子、タオル、水分、雨具、防寒具
 （おやつ、常備薬、着替え 等は各自の様子でお持ち下さい。）

定 員：先着 20 名

申込方法：10月1日(火)10：00～受付開始

申込・問合せ先

昭和総合型地域スポーツクラブ Camellia 事務局 TEL 055-275-6851

ヘルスアップウォーキング

毎週水曜日 10:00～12:00 *イベントも開催します
(少雨決行・悪天候の場合は内容・場所を変更して実施します)

集合場所:押原公園 *通常のウォーキングは管理棟裏の広場に集合します

対象者:どなたでも!!

参加費(傷害保険料を含む):

会 員：年会費 5,000 円 参加費 1回 100 円 (遠出は 1,000 円)

後期(10月～3月25回分)参加費(遠出の料金含む): 3,000 円 * 400 円お得です!!

非会員：参加費 1回 500 円 (遠出は 1,000 円)

随時、受け付けております。1回からでも、当日参加も可能です。

月日	時間	内容	月日	時間	内容
10月2日	10:00	ボール運動&3B体操 (人工芝グラウンド)	10月30日	8:30	遠出ウォーキング
10月9日	10:00	ウォーキング(約5km)	11月6日	10:00	ボール運動&3B体操(人工芝グラウンド)
10月16日	10:00	ノルディック ウォーキング	11月13日	10:00	ウォーキング(約6km)
10月23日	10:00	ウォーキング(約5km)	11月20日	10:00	ワン・ウェイ ウォーキング

「夏季巡回ラジオ体操」が開催されました!!

7月29日(月)に押原公園にてNHKの「夏季巡回ラジオ体操」を開催しました。多世代、多地域からのご参加いただき、ありがとうございました!!早朝のラジオ体操で体も心もスッキリ!でしたね。

また、4月から開催している週3回のラジオ体操もいよいよ終盤となりました。

10月30日(水)で今年度は最後となりますので、ご興味を持たれている方、継続してご参加されている方、ぜひ多くのご参加をお待ちしております。

いつもの朝も元気に!!

昭和町ふれあいラジオ体操

開催日:火・水曜日・隔週日曜日(10月30日まで)

時間:6:30~

対象:どなたでも!!

会費:無料!!



* 本事業は昭和町教育委員会生涯学習課の委託事業とし、昭和町スポーツ推進委員の協力のもと行います。



カメラリアサッカースクール 会員募集!!



昭和総合型地域スポーツクラブ Camellia では、カメラリアサッカースクール会員募集を行っております。ヴァンフォーレ甲府アカデミースタッフが、親切に元気よく指導します。初心者、将来サッカー選手を夢見るキッズ、どんな子どもでも楽しくボールとふれあえます。初めての子どもでも大丈夫です!!体験もできますのでお気軽にご連絡ください。

【対象】 キッズ(年中・年長園児)から小学生まで。※女子クラスは小学3年~6年まで。

【目的】 サッカー技術の向上、心身の育成、基礎体力の向上を目的としています。

【スクールコーチ】 ヴァンフォーレ甲府アカデミースタッフによる指導。

【募集内容】

クラス	対象	回数	時間	コース	曜日※1
キッズ	年中・年長園児	週1回 または 週2回	15:30~16:20	A	火・木
				B	水・金
U-8	小学1・2年		16:20~17:20	C	火・木
				D	水・金
U-10	小学3・4年		17:30~19:00	E	水・金
U-12	小学5・6年		17:30~19:00	F	火・木
ガールズ	小学3~6年		16:20~17:20	G	水・金

※1:週1回の場合は、どちらかの曜日をあらかじめ選択してください



【活動内容】

- ① 年間、各クラス40日開催(夏休みはスクールを行いません)
- ② ヴァンくんCUPへの参加・VF甲府主催の大会、イベントへの参加
- ③ VF甲府のサッカースクールとの交流会
- ④ 夏期サッカースクール:夏休みに短期スクールを開催し、自主学習の時間も設けます。
- ⑤ カメラリアサッカースクールフェスティバルを開催(2月予定)
- ⑥ VF甲府ホームゲームチケットを毎回(指定席2席)抽選でプレゼント
- ⑦ (社)山梨県サッカー協会のイベントへの参加(年2回)

【会費】 入会金:5,000円、年会費(次年度の進級時のみ):5,000円
月会費:週1回 3,500円、週2回 7,000円

【場所】 昭和町押原公園人工芝グラウンド



活動報告

カメラリアサッカースクール

夏季スクールが行われました

7月29日～8月5日

カメラリアサッカースクールでは、夏休みの期間を有効に利用したいと、各学年 3 回コースで夏季スクールを開催しました。サッカーを初めて行うお友達も一緒になって、グラウンドでサッカーを楽しみました。また、小学生は暑い時間帯に会議室を利用して宿題も行いました。

ガールズ交流会を行いました

8月9日

東京の女子チーム シトラス FC と交流戦を行いました。女の子に特定したイベントは初めてだったので、酷暑にも関わらず、カメラリアのガールズコースや夏季スクール参加者のお友達が参加くださいました。シトラスは中学生のお姉さんもいて、ゲームを通して目標ができたようです。



エスコートキッズを行いました

8月28日

ヴァンフォーレ甲府 対 サンフレッチェ広島 戦のエスコートキッズをカメラリアサッカースクールの年長児が行いました。選手と手をつなぎ、歓声の中、大役を果たしました!!



☆9月21日(土) 親子スポーツの学び舎「かけっこ教室」を開催しました。

「ゴールデンエイジ(9～12 歳)」といわれる小学3～6年生を対象に、運動の基礎となる陸上運動を山梨大学陸上競技部総監督の植屋先生の指導のもと行いました。この日は、親子でふれあうことも1つの目的としていたので、親子で気持ちの良い汗をかきました。身体も心も著しい成長が見られる子どもたちにとってはもちろんのこと、保護者には先生からたくさんのメッセージを頂いた日となりました。

今後の予定

10月13日(日) 昭和町ふれあい祭りに参加します。

人工芝グラウンドで簡単なゲームを行います。

11月23日(土) 親子スポーツの学び舎 を開催します。

未就学児から小学生低学年のお子様と保護者を対象として、グラウンドで思いっきり運動をします。

ヘルスアップウォーキング

無料体験チケット

お名前

年齢

性別

ご住所

電話番号

おやこ3B体操教室 & レディース3B体操教室

3B体操教室は、日頃身体を動かしたいと思っているけど、なかなか時間や機会がない方におすすめの教室です。親子のふれあいやリフレッシュなど目的、ご都合に合わせてご参加ください。

おやこ3B体操教室

日 時：隔週金曜日の開催
会 場：昭和町総合体育館・武道場
対象者：2歳くらいから未就学前の幼児とその保護者
定 員：親子20組（先着順とさせていただきます）

お誕生日月・季節ごとにお楽しみ
イベントを開催します♪

レディース3B体操教室

日 時：隔週金曜日の開催
会 場：押原公園管理棟2階・昭和町総合体育館
対象者：女性
定 員：20名（先着順とさせていただきます）

*キッズスペースも設けますので、お子様連れも大歓迎です

おやこ&レディース3B体操教室 共通内容・お申し込み方法

持ち物：タオル、飲み物、上履き、運動のできる服装で参加してください。

参加費：会 員・・・年会費 5,000円 参加費 200円
非会員・・・参加費 500円

講 師：(社)日本3B体操協会 公認指導士 矢沢 稔美先生

申込み方法：電話、FAX またはメールにてお申込みください。

♪参加者氏名・年齢・連絡先をお知らせください♪

申込み先：昭和総合型地域スポーツクラブ Camellia

TEL:055-275-6851

FAX:055-267-8886

メール：camellia.3b.oyako@goo.jp

お得情報!!

ヘルスアップウォーキング
も会員登録となります

開催日程表

☆おやこ3B体操教室☆

☆レディース3B体操教室☆

月 日	曜 日	時 間	場 所	月 日	曜 日	時 間	場 所
10月4日	金	10:30	昭和町総合体育館	10月11日	金	10:30	押原公園管理棟2階
10月18日	金	10:30		10月25日	金	10:30	
11月1日	金	10:30	昭和町総合体育館武道場	11月8日	金	10:30	
11月15日	金	10:30	昭和町総合体育館	11月22日	金	10:30	
12月6日	金	10:30		11月29日	金	10:30	
12月20日	金	10:30		12月13日	金	10:30	

3B体操 無料体験チケット

お名前 _____

年齢 _____ 性別 _____

ご住所 _____

電話番号 _____

スクール・ウォーキング・3B体操・ラジオ体操 その他についての
【お問合せ・入会申し込み】

昭和総合型地域スポーツクラブ Camellia(キャメリア)

電話：055-275-6851 (火～金 10:00～17:00)

FAX：055-267-8886

URL： <http://www.showa-camellia.com/>