



会員数

121名

H20.9.30 現在

羅臼スポーツクラブ らいず

<らいず事務局>

住所：羅臼町栄町102番地

羅臼町民体育館内

TEL：87-2408

FAX：87-2477

E-mail：rausu.rise@gmail.com

H P：http://rise.michikusa.jp/

～こんにちは、らいずです！～

すっかり秋らしくなった今日この頃ですが、みなさんはいかがお過ごしでしょうか。今回はらいず広報誌について少々PRさせていただきます。

らいずが主催する事業の募集と開催した事業の報告については、町のご協力をいただき、月2回発行される『町政だより』と一緒に、みなさんのお宅へ届けさせていただいており、何度か目にされた方もいらっしゃると思います。この広報誌はそれとは別に、らいずの活動について少しでも皆さんに理解していただけたらと思い、活動報告も含め参加者募集や宣伝などごちゃ混ぜではありますが、PR専用紙面として年4回の発行を目指し作成していきます。今後も作成していく中で少しでも読み易くなるよう試行錯誤していきますので、よろしく願いいたします。また、ご意見ご感想などがございましたら、右上のらいず事務局までお寄せください。

今後とも応援の程、よろしくお願い申し上げます。

らいず活動報告!!

秋の屋内スポーツ祭り

開催日：平成20年9月14日(日)

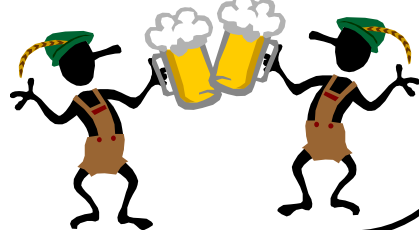
会場：羅臼町民体育館

らいず会員限定で15時から17時までの間、屋内でミニテニスやバドミントン、ラージボール卓球、フロアーカーリング、ハッピーボーリングの5種目を楽しみました。

特にラージボール卓球は、真剣になり、熱くなり、大笑いしながらプレーを終えました。

引き続き17時からは外で焼肉交流会を開始!

スポーツ祭りの熱も冷めないうちに始め、飲んで食べて騒いで大笑い。とても楽しい時間でした。



羅臼湖トレッキング

開催日：平成20年9月13日(土)

場所：羅臼湖

冬の歩くスキーに続きシリーズ第2弾です。冬の羅臼湖では神秘的な雰囲気独占しました。今回の夏バージョンは晴天、そよ風、適温の3拍子が揃い、最高に歩き易く、道中の沼や山! 目的地の湖! すべてが青空に映えてとってもキレイで、正に絶景と言える景色でした。



今更だけど、ちょっと泳げるようになりたい人の水泳教室

開催日：平成20年9月24日(水)・26(金)
10月1日(水)・8日(水)

会場：羅臼町民温水プール

水に顔がつけられない。浮かない。息継ぎができない。でも、泳げるようになりたい・・・という人のための教室。

本当にそのような大人の方達が集まりました。最初はおっかなびっくりでしたが、ちょっとしたコツを掴んでドンドン上達し、浮くことや息継ぎなど各自の苦手分野をクリアしていききました。

中には、あれ?今クロールしたよね?なんて人も。

健康ヨーガ 教室

5月より開催し継続中のヨーガ教室です。参加者もドンドン増えています。

先生も楽しい方で、毎回笑いあいの楽しい教室です。だんだんとポーズも組めるようになり、楽しさ倍増中!!

気になる方は、らいず事務局までお問い合わせください。

開催日：毎週木曜日

時間 第1部：13時～14時20分

第2部：18時～19時20分

第3部：19時30分～20時50分

場所：公民館和室



らいずのホームページができました!!

完璧ではありませんが、らいずのホームページを作成してみました。素人が作ったものですので、見栄えは悪いですが、少しずつ改良していきますので、ご意見等ドシドシお寄せください。

また、ヤフーやグーグル等の検索サイトで「らいず」と入力しても検出されませんので、アドレスの直接入力をお願いいたします。

【 アドレス <http://rise.michikusa.jp/> 】

水中運動教室

7月より毎週水・金曜日に開催し、継続中の事業です。初日の目標は1kmをウォーキングすること。初めはできるか不安でしたが、慣れるとあっと言う間。プールを上がる頃には心地の良い疲労感で、夜もぐっすり。



開催日・時間：毎週水曜日 18時～19時

毎週金曜日 15時30分～16時30分

場所：羅臼町民温水プール

会員限定のうれしいお知らせ!!

羅臼スポーツクラブらいずへ入会すると、事業参加費の割引や開催事業への優遇参加、協賛店での割り引きなど、とってもお得な会員特典がもれなくついてきます！
ぜひご検討してみてくださいね！



① イベント・教室の参加料割引

らいずが開催する各種イベントや定期活動への参加料が割引されます。

- 例1) 定期活動ミニバドラー
 非会員 200円/回
 会員 無料
- 例2) 健康ヨガ教室
 非会員 4,000円/月
 会員 3,000円/月

② 開催事業の事前お知らせ

イベントや教室の参加募集を会員の皆さんへ先行配信します。定員が会員だけで満たされた場合は、一般募集を行わない場合もあります。

③ 協賛店での割り引き

らいずの活動に協賛していただいている、町内のお店で割引が受けられます。

- **村田スポーツ店様**
 「らいず」会員証を提示するだけで
商品割引!
 (対象外もあります。詳しくはお店で)
- **ホテル 峰の湯様**
 「らいず」会員証を提示するだけで
入浴料2割引!
- **昆布番屋斉藤様 (岬町)**
 「らいず」会員証を提示するだけで
商品割引!



賛助会員になりませんか!!

会員登録まではしたくないけど、らいずを応援してあげたい!とか、協賛店まではちょっと・・・、だけど応援してあげようかな!など、らいずの活動の趣旨にご賛同いただける方を賛助会員(一口1,000円/年)として募集しています。
ぜひ、らいずを応援してくれませんか!?



協賛店募集!!

らいずの活動に協賛していただけるお店を募集しております。
 協賛いただいたお店については、会員の方々への周知とチラシ等での宣伝をさせていただきます。
 詳しくは、らいず事務局までご連絡いただければ、ご説明させていただきますので、よろしく願いいたします。

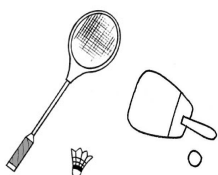
定期活動ミニ・バド・ラー

皆さん好きな種目で、いい汗かいています!

ミニテニスとバドミントン、そしてラージボール卓球のどれでも好きなだけ楽しむことができる、らいず定期活動ミニ・バド・ラー。

毎週土曜日開催しており、着々と参加者も増えております。お一人でもお友達とでも気軽にお越しください。

種目: ミニテニス・バドミントン・ラージボール卓球
 開催日: 毎週土曜日
 時間: 19時~20時30分
 場所: 羅臼町民体育館
 参加費: 一回200円(会員は無料)



さあ!あなたも「らいず」会員に!!

所定の入会申込書に必要事項を記入し、羅臼町民体育館へお持ちください。入会申込書は、町民体育館・公民館にて取り扱っています。

~クラブ年会費(保険加入料込み)~

ジュニア (幼児~中学生)	アダルト (高校生以上)	シルバー (60歳以上)	ファミリー
1,500円	4,500円	3,000円	9,000円

【申し込み・問い合わせ】

羅臼スポーツクラブ らいず 事務局
 〒086-1823 目梨郡羅臼町栄町 羅臼町民体育館内
 (TEL) 87-2408 (FAX) 87-2477
 E-mail rausu.rise@gmail.com