

スポーツリンク白川はスポーツ・文化活動を通じて、人と地域を結び、**人生に生きがい**を持てるよう支援していきます。**仲間**と一緒にカラダを動かして**健康な日々**になるよう**応援**していきます。

白川町初！ウォーキング＋写真のイベントを開催

令和6年**6月30日(日)**8:45受付 定員**80名**



自治会の回覧板でチラシをチェックしてください。



詳細・イベント
申込みはこちら

チラシは各地区ふれあいセンターにもあります。
参加者全員に、五平餅・新茶・ほおば寿司あり！

清流白川まち探検のやり方

- 1、受付を済ませると地図と写真を撮影するチェックポイントシートが渡されます。どのルートでポイントを取るか作戦をたてましょう。
- 2、スタートからゴールまでの制限時間は2時間です。チェックポイントではチーム全員を入れて写真撮影します(撮影者は同じ人で行います)
- 3、必ず立ち寄るポイントがあります！(五平餅や白川茶がいただけます！)
- 4、たくさんポイントを獲得したチームや宣言通りのポイントが獲得できたチームを表彰します。

佐見地区のスポーツ活動

佐見地区では佐見小学校体育館(夜間)を利用してスポーツリンク白川活動を行っています。佐見地区外や町外からの参加もあり、和気あいあい、仲間と楽しむことを一番の目的としています。



◆大人のフットサル◆
毎週月曜日 19:30～21:00
対象:中学生以上



◆佐見バレーボールクラブ◆
毎週木曜日 19:00～20:30
対象:小学生・中学生



◆佐見STTC(卓球)◆
毎週金曜日 19:00～21:00
対象:小学生～一般



スポーツリンク白川の活動についてはホームページで紹介しています→

中黒川ゲートボール

こちら、黒川の辻オルガン工房のグラウンドで活動するゲートボールのサークルです。自分の出番でないときはベンチに腰を下ろして、相手のプレイを見守ります。無理なく、楽しく、おしゃべりしながらやります。貸し出し用のスティックがあるので、やってみたい方は気楽にお越しください。



場所:中黒川運動場
時間:13:00～16:00
曜日:月・水・金
対象:年齢問わず誰でも
会費:月500円



小学生月イチうんどう教室 ～12キロウォーキング～

毎月ちがったスポーツが体験できるこの教室。
4月はウォーキングということで、町民会館から下油井駅までの12キロを歩きました。途中、野原城址や新津ダムにも上り、小学2年生から保護者まで24名完歩できました！ 帰りは電車で下油井駅から白川口まで来ました。



小学生月イチうんどう教室 ～走り方教室～

5月は走り方教室を開催しました。90分の教室の中で、手のふり、足の運び方など繰り返し練習することで、フォームが良くなりました。学校のスポーツテストの記録はどうだったかな？



6月の月イチはゴルフ教室。
大人も一緒に参加可能。
申込みはこちら→



指導者派遣 ～スポーツテスト前の体づくり～

5月に小学校ではスポーツテストが実施されます。各種目の方法と、記録が伸びるコツを指導しました。目標は「今年の自分を超えよう」
今年の記録会はどうだったかな～



指導者派遣 ～美濃白川道の駅ウォーキング2024～

5月12・19日と2週に渡って、新茶と新緑をめぐる「美濃白川道の駅ウォーキング2024」が、美濃白川クオーレの里主催で開催されました。指導者は道中の安全確認とウォーキング指導を行いました。初回は21名、2回目は17名の参加。白川町を満喫していただきました。

参加者から好評だった新茶&スイーツ
(提供:新田製茶)



岐阜県バレーボール中学生選抜大会 ～可茂地区優勝 白川NEXUS～

2019年秋に設立したクラブチームです。現在は白川中、黒川中の選手の他、3校から選手が集まっています。6月1日～県大会、そして、29日からは中体連が始まります。気持ちもボールもみんなで繋いで頑張ってください！



体力測定できます

6月20日(木)～健(検)診がはじまります。
今年は体力測定のブースを設け、待ち時間に出来る内容でみなさんをお待ちしています。(所要時間5分程度)
年齢に応じた評価なので、この機会に自身の体力も知ってこれからの健康づくりの参考にしてみましょう。



長座体前屈



握力



開眼片足立ち

期間 6/20・21・22・24・25・26

時間 8:30～10:30

場所 グロリアホールロビー 担当スタッフ:渡辺