

スポーツで笑顔あふれるまちづくり

Sports × Community

since 2015
tabispo
Sports × Community

総合型クラブ **たびスポ**

Sports × Community

<http://www.tabispo.com/>



スポーツくら



総合型クラブ **たびスポ**

〒859-4807 長崎県平戸市田平町里免103-2
たびスポクラブハウス

TEL/FAX 0950-57-3315 Mail info@tabispo.com

Facebook <https://www.facebook.com/tabispo2015/>

Line @tabispo

この広報誌は、スポーツ振興くじ(toto)の助成を受けて発行しています

That I think

日々、私たちが思うこと

2016年はリオデジャネイロオリンピックが開催され、日本を代表する多くのアスリート達の迫真のプレーは観るものに感動を与えました。

それ以上にパラリンピックに出場したアスリート達は、「人に秘めた素晴らしい可能性」「限界が見えない精神力」なんとも言葉では語りつくせないほど感銘を受けました。

「本当にスポーツは素晴らしい！」 「人間は凄い！」 「人間は可能性の塊だ！」

世界中の人々がそう思っていたのではないかと思います。私自身、2020年の東京オリンピックはテレビではなくもっと近くでアスリートの熱い鼓動を感じたいと思いました。

世界を舞台として戦うプレーヤーと私たちが置かれているステージは遥かに違います。でも、そんなアスリートたちにほんの少しでも心身ともに近づくことができれば…。そんな思いの人が増えてくれれば…。もしかしたら知ってる誰かがそのステージに……。

『総合型クラブ **たびスポ**』はそんな思いを描き活動しています。



Contents

総合型クラブ **たびスポ** メニュー

総合型クラブ **たびスポ**では、スポーツに限らず様々な活動を行っています。

ぜひ、お気軽にご参加ください。

【会員/定期】

ジュニアスポーツ塾プラスワン
キッズチャレスポ
ストレッチ教室
ヨガ教室
ナイトウォーキング

【会員・非会員/不定期】

星を見ナイト(星座観察会)
ジュニアバレーボール教室
たびスポ杯ソフトバレー大会
はじめての手作りパン教室
オリンピック選手が教える陸上教室
巡回スポーツ教室
ソフトテニス教室
バスバイク・木工教室・燻製教室
フラワーアレンジ
各種講演会 など…

【会員・非会員】

トレーニングジム



【トレーニングジム】

2016年7月に平戸市役所田平支所前の「たびスポクラブハウス」に『トレーニングジム』をオープンいたしました。

たびスポ会員だけでなく どなたでもご利用いただけます! ランニングマシンやバイク、ベンチプレスといった、ご家庭には置けないスポーツ器具も設置しています。

ご家族・お友達や職場のお仲間などお誘いのうえお気軽にご利用ください。もちろん見学も大歓迎です!

利用者の声

「いい汗かきました。また来ます！」

「ヤバイっす！筋肉パンパン！でもこれが気持ちいいんだよなあ」

(営業時間 平日/土曜日 18:30~21:00 **たびスポ** クラブハウス)

各教室へのお問い合わせ、体験や見学もお待ちしております。企画・運営に関わるスタッフも募集中です!

【ジュニアスポーツ塾プラスワン】

小学校高学年～中学生むけの運動能力を高める体育教室です。

さまざまなトレーニングで体幹、瞬発力アップ、更にフォーム改善からダッシュ力増進まで！
身体能力アップ間違いなし！
(毎月・第1・第3月曜日 19:00-20:30 田平北小学校運動場)



【オリンピック選手が教える陸上教室】

元オリンピック選手「田端健児先生」のご指導による小学校高学年向けの陸上教室です。

「どうしても早く走れるの?」「運動会や競技会でライバルに負けたくない」も当然ですが、それ以前に走るために必要なアタマとカラダのトレーニングから学ぶことが出来る子どもたちに大人気の教室です。
走るのが苦手でも大丈夫!ぜひご参加ください。
(年1回:秋ごろ開催)



【ストレッチ教室】

担当者より…無理なく体を動かし汗をかけるストレッチ。ご指導は、真浦節子先生です。

まずはウォーキングでウォーミングアップ。
タオルを使って肩甲骨、リズムダンスで骨盤を、腕をまわし足の筋を伸ばし…
全身を動かすことで終わった後は体が軽くスッキリします!
運動不足を感じている方、何か体を動かしたい!と思われている方、
ぜひ一緒にやってみませんか?楽しいですよ!
無料体験や見学はいつでも出来ます。
(毎月・第2、第4木曜日19:30-21:00 毎月・第一、第三水曜日 田平町民センター別館)



【ヨガ教室】

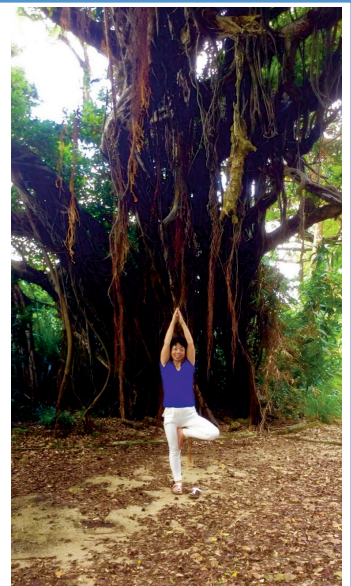
濱 由美先生より…ヨガは老若男女問わず誰でも楽しめます。自分のカラダの状態に合わせて穏やかな呼吸を最優先してゆっくりと自分のペースで動いていくことでカラダもスッキリと気持ちも不思議なくらい安らぎます。まだまだヨガはカラダの柔らかい人が行うものと思っている方も多かもしれませんが、そんなことはありません。自分のカラダと心とじっくりと向き合う時間。そして自分自身で自分自身の心とカラダを整えていく時間を一緒に楽しみましょう。

担当者より…皆さん、ヨガのイメージはどんな感じでしょう?私が体験して感じることは、ヨガは特別な事はしなくても目をつむって大きく深呼吸、そして精神統一することで日頃の悩みやストレスを忘れ、心を「無」にするひとときを過ごしている気がします。カラダが硬くても構いません!上手く出来なくても大丈夫!是非一緒に自分自身と向き合う時間を過ごしてみませんか?

えみちゃんより…ヨガに出会ったのは6年ほど前、とある教室に通っていたのですが突然閉鎖してしまい、又出来たらいいなといつも思っていました。そして、今年3月たびスポの広告を拝見して再開することができ光栄に思っています。現在、月2回の教室が待ち遠しいです。出来たら週一ぐらいあったら良いのになんてわがまま発言ですみません。ヨガは毎日のデスクワークでの肩こり、精神的ストレスを解消してくれます。体と心の為に出来る限り続けていきたいと思えます。

会員Mちゃんより…ヨガを初めて約一年、個人のペースに合わせて無理のないレッスンで楽しく通っています。心身と向き合い、リフレッシュする事ができる私の大切な時間です。

(毎月・第1、第3水曜日19:30-21:00 田平町民センター別館)



【キッズチャレスポ教室】

担当者より…スポーツをまだ本格的に始めていないお子様にいろいろな運動を通して体を動かす楽しさ、仲間意識、ルール、マナー等を教えています。

保護者の皆様からは「子どもが土曜日を楽しみにしている」

「おとなしい子どもだったのに、たくましくなった」等のお言葉を頂いています。ぜひ一度 見学にお越しください。

(毎月・第1～第4土曜日 19:00～20:00 北小学校体育館)



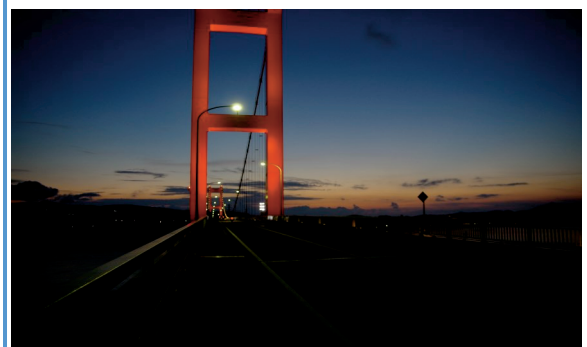
【ナイトウォーキング】

担当者より…平戸瀬戸市場に集合後、平戸文化センターまでを往復しています。(往復 約8キロ)

皆でおしゃべりをしながら車の移動では感じる事の出来ない季節の移り変わりを肌を感じながら歩いていきます。

新しい出会いも待っていますよ。どなたでも自由に参加できますので一緒に歩いてみませんか?

(毎月・第1、第3土曜日 19:30～ 平戸瀬戸市場)



OFFICIAL SUPPORT MEMBERS

私たちは、総合型クラブたびスポを応援しています。(順不動)

総合葬社
メモリアルホール

JE-01036

田平葬斎

田平町里免123-3(田平支所となり)

☎57-0004 (24時間受付)
☎0120-3500-67

http://www.memorialhall.co.jp

Super Car Inspection

車検のコバック

平戸たびら店
(有)玄海

☎0120-589-580

TEL: 0950-57-0720 FAX: 0950-57-3348
〒859-4825 長崎県平戸市田平町里免 240-1

大坪建設株式会社

本社: 長崎県平戸市田平町山内免625-4
〒859-4825 TEL(0950)57-0171(代)FAX(0950)57-3371
E-mail: ootubo@ootubo.jp

有限会社
椿山商運



For Earth, For Life
Kubota

株式会社 福岡九州クボタ

田平営業所
〒859-4813
平戸市田平町深月免121-1
TEL 0950-57-0335
FAX 0950-57-1362

http://www.fukuokakyushu-kubota.co.jp/

畜産業

口石ファーム
Kuchiishi Farm

平戸市田平町以善免1175-7

やきとり 西陣

平戸市田平町山内免345

電話(0950)57-1090
(0950)57-1609

保険のことなら
川本エージェンシー

〒859-4813 平戸市田平町深月免546番地
TEL 0950-57-3395
FAX 0950-57-3290

居酒屋
ゆめや

〒859-4825 平戸市田平町山内免 422-4
電話 0950-57-1646

有限会社 たがわ電器

SPORTS タガワ

〒859-4825
平戸市田平町山内免 459-9
TEL 0950-57-1126
FAX 0950-57-1108

株式会社
玄海電設

平戸市田平町小崎免1023

電気工事 TEL 0950-57-0907(代)
FAX 0950-57-0463

RIN2
CUT SHOP

OPEN 9:00 CLOSE 17:30
Phone 0950-57-1233

オールラウンドプロショップ
立木硝子総業

TEL 090-8839-0833
FAX 0950-57-2043

★セーフティ&クリーンエネルギー

アオキ石油(有)

・住宅機器・プロパンガス・石油製品・タイヤ
※ガス配管工事承ります!!

☎(0950)57-0544(代)
☎0120-070544
田平町里免241-3

洋風居酒屋
風風 (FuFu)

平戸市田平町山内免 313
☎: 0950-57-1791

あらゆる看板を創る店
針尾看板店

立看板・マグネットシート・車文字入れ・電照看板
プラスチック加工・捨看板・ガラスシート張り
シート加工・イベント看板・各種デザイン

〒859-4824 平戸市田平町小手田免530-1
TEL&FAX: 0950-57-1266

損保ジャパン日本興亜 代理店
損保ジャパン日本興亜ひまわり生命

浜崎総合保険

事務所
〒859-4813
平戸市田平町深月免1202
TEL 0950-57-0788
FAX 0950-57-0862

Snack
池田塾

〒859-4825
平戸市田平町山内免459-10
TEL0950-57-0881

社会福祉法人 慈愛会
特別養護老人ホーム
短期入所生活介護
居宅介護支援事業所

田平ホーム

〒859-4825 平戸市田平町山内免 232
TEL 0950-57-1966 FAX 0950-57-2185
ホームページ http://www.tabira-home.or.jp

楽しい文具でみんなハッピー!
たびらの文具屋さん

OA機器、
オフィス家具も
扱ってます!

平戸市田平町山内免377
TEL/FAX: 0950-57-3347

スナック エル

平戸市田平町小手田免513
TEL: 0950-57-0889

～平戸の美味しい魚を満喫～

海女の宿
民宿しゅん

平戸市生月町山田免86
☎ 0950-53-1823

有限会社 丸徳産業

平戸市田平町下寺免181
☎0950-57-1488

長崎県知事許可(般-23)第10950号
一般建築・設計・施工

岡田建築

業務内容
・新築工事
・増改築工事
・リノベーション工事
・浄化槽工事
・システムバス工事
・システムキッチン
・その他一般建築工事

長崎県平戸市田平町荻田免385
TEL・FAX (0950) 57-3202

多カヤ
HANATEN

花 With your mind on the future, it remains in the mind. Live with possibilities. Every moment counts.

tanakaya-087.com

田平店 0950-57-0087
平戸店 0950-22-4187

レストラン・喫茶
ぶらぶら

【営業時間】 月～土 9:00～23:00
日・祝 10:00～23:00
不定休

平戸市田平町小手田免843 ☎0950-57-0595

LIQUOR SHOP

酒のさざん

平戸市田平町山内免308
(平戸口ターミナルそば)

TEL 0950-57-0555

(株)エコロジーアシスト総合企画
長崎県知事許可(般-23)第12704号

小型風力発電
太陽光発電・オール電化
住宅蓄電システム

代表取締役
新田 栄
Nitta Sakae
〒859-6414
長崎県佐世保市世知原町矢種249-8
TEL 0956-76-2488 FAX 0956-76-2489
携帯 080-5200-2727
E-mail: ecology-settbal@alto.ocn.ne.jp

Can change

アナタの日常にちょっとした変化を

もしかしたら職場と家庭を往復するだけの毎日を過ごされていませんか???

総合型クラブたびスポは、そんなアナタの日常にちょっとしたエッセンスを加え
新しい楽しみを見つけだせる場所かもしれません。