

■サークル紹介



わたしたちこんな活動しています

サークル紹介

名寄ピヤシリクロスカントリー スキー少年団

冬場の体力づくりに始めませんか

- 活動日時
火・水・木曜日
18:15～19:30
土・日
10:00～11:30
- 活動場所
(平日)浅江島公園
(休日)なよろ健康の森
- 会費
お問い合わせください
- 連絡先
秋山 裕樹さん
☎090-6994-2088

名寄ピヤシリクロスカントリースキー少年団は、毎年10月から雪が降るまで体育館で基礎練習を行い、雪が降り積もる12月中旬頃から本格的に雪上トレーニングを開始しています。現在は小学1年生から中学3年生までが所属し、男子10人、女子10人程度で活動しています。

クロスカントリースキーは長い距離を滑り続けるつらい競技というイメージがあるかもしれませんが、才能ではなく努力が重要であり、本人のやる気次第でどんどん強くなれる競技です。

冬の競技ですので、寒さや雪といった過酷な状況の中、少年団では挨拶や感謝、思いやりといった礼儀を大切にしつつ、楽しくスキーに親しめるよう活動しています。その結果、少年団を巣立った先輩選手は全道・全国の舞台で優勝するなど非常に優秀な成績をおさめています。

本格的に競技をしたいと考えている方はもちろん、すべての運動の基礎となるバランス能力や基礎体力の向上が図られますので、冬場の体力作りにといてもぜひ一度見学にいらしてください。



マイル本間フラスクール名寄教室 ピヤシリレファ

笑顔でアンチエイジングを目指しましょう

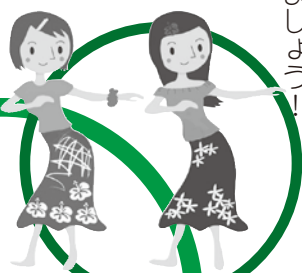
- 活動日時 土曜日 13:00～14:30 (月3～4回)
- 活動場所 市民文化センター
- 会費 月3,500円～
- 連絡先 今西 美保さん ☎090-3897-9637

日本におけるフラダンスの第一人者であるマイル本間さんが東京を拠点に主宰する「マイル本間フラスクール」の名寄教室、ピヤシリレファです。

ピヤシリレファは平成17年4月に旭川市在住の公認講師ホクレイ・オ・マイル石川先生を招き、体験教室を開いたことからスタートし、現在は30代から70代までの女性10人で活動しています。年間の活動は、地域のボランティア活動や町内会のイベント、市民文化祭、生涯学習フェスティバル、ミチエキコンサートなど市内の行事のほか、旭川市や札幌市のイベントにも参加しています。

フラダンスは文字をもたなかった大昔、歌などと一緒に、空、太陽、花、波など手話のように手で物語を表現し、今日まで受け継がれてきたハワイの民族舞踊です。フラダンスを踊ると自然と笑顔になりまわりの人も笑顔になる、そんなフラが大好きな私たちです。

ゆったりとした動きで、年齢にかかわらず楽しめます。初心者大歓迎です。私たちと笑顔でアンチエイジングを目指しましょう！



サークル紹介は市生涯学習課発行のサークル便利帳に掲載している団体を紹介しています。