

# 総合型地域スポーツクラブ みなみふらのSHCクラブ

ゆっくは、こどもからお年寄りまで、だれもが気軽にスポーツや文化活動を楽しみ、活動を通じて地域の連帯を培い、活力のある地域づくりをめざしています。南富良野の豊かな自然の恵みを感じながら、一緒にスポーツや趣味を楽しみましょう！

# ゆっく



平成29年度 後期

## 活動案内

平成29年11月～平成30年3月

※各教室の詳細は、月ごとの広報誌「ゆっくひろば」でご案内します。  
日程・場所等を変更する場合がありますので、ご了承ください。

### カーリング

カーリングは子どもからお年寄りまで、だれでも楽しめるウィンタースポーツです。今年の冬はカーリングにチャレンジしてみませんか？

**11/11 (土)** ゆっく・南ふらのカップカーリング大会 & 初心者講習会

カーリングが初めての方でも、講習会で投げ方やルールを覚えて、一緒に大会を楽しみましょう！経験者の方も、友だちを誘って、ふるってご参加ください。

●時間 初心者講習会…9:00～10:30 大会…10:45～16:30 ●参加費 500円(会員以外の方は700円) ●対象 小学生以上 ●定員 12チーム

**2/24 (土)** Learn to curl! カーリング教室

本町出身の山口選手が2018年平昌オリンピック・カーリング日本代表として出場する、熱いシーズン！実際にカーリングを体験してみよう！

●時間 13:00～15:00 ●参加費 500円  
●対象 小学生以上

●会場 空知川スポーツリンクス  
●持ち物・服装 温かく動きやすい服装、帽子、手袋

### ウォーキング教室

冬しか行くことのできないフィールドへ！  
スノーシューだから行ける大雪原へ！

**開催日** 1/21(日)…串内牧場ホワイトヒルコース  
～冬の牧場から山々を眺めよう～  
2/25(日)…かなやま湖アイスウォーキング  
～冬だけの湖上コースを歩こう～  
3/25(日)…北落合パイロット山パノラマコース  
～十勝岳連邦を一望できる絶景へ～

●時間 1/21・2/25…午前のみ 3/25…1日  
●参加費 500円  
●対象 小学生以上 ●持ち物・服装 防寒着上下、帽子、手袋、長靴またはスノトレ

### バックカントリー

さあ今年の冬は山へでかよう！南富良野周辺は世界に誇るパウダーの宝庫です。山が初めての方も参加大歓迎です！

**開催日** 1/13(土) 石勝高原エリア  
3/24(土) 十勝岳エリア

●時間 8:00～16:00(山域により若干変更あり)  
●参加費 1/13… 3,000円(小・中学生半額)  
3/24… 3,500円( // )  
●対象 スキー、スノーボード経験者  
●定員 6名  
●持ち物・服装 防寒着上下、帽子、手袋  
スキーまたはスノーボード

お申込  
お問合せ

総合型地域スポーツクラブ  
みなみふらのSHCクラブ ゆっく事務局 0167-53-2171



## フラダンス教室

ゆっくのフラは、こどもからおばあちゃんまで、どなたでも気軽に楽しめます。気持ちよく体を動かし、笑顔と癒しの時間を過ごしましょう！

**開催日** 11/14(火)・12/12(火)  
1/16(火)・2/20(火)・3/13(火)

- 講師 福岡 曜子氏 (レイアロハ・フラスタジオ富良野)
- 会場 町民体育館卓球室 ●時間 16:00~17:30
- 参加費 月謝制 ●対象 小学生以上(小さなお子様連れも大歓迎)  
※この他に練習会も行います。

## 歌声喫茶

大好きな歌、懐かしのあの歌をリクエストして、声をそろえて歌いましょう！楽譜や楽器の持込みも大歓迎です。

**開催日** 1月・3月に開催予定

- 参加費 500円(飲み物つき)
- 時間 13:30~15:30
- 会場 多世代交流ひろば たんとん (町民体育館横プレイルーム)
- 対象 一般(小さなお子様連れも大歓迎)



## クライミング教室〔小・中学生対象〕

課題をクリアする喜びを一緒にわかち合おう！週1回の練習の他、12月と3月はジムや外岩に遠征します。

### どんころウォール(火曜 or 水曜)

11月…7(火)・14(火)・21(火)・28(火)  
8(水)・15(水)・22(水)・29(水)  
12月…5(火)・12(火)  
6(水)・13(水)  
1月…16(火)・23(火)・30(火)  
17(水)・24(水)・31(水)  
2月…6(火)・13(火)・20(火)・27(火)  
7(水)・14(水)・21(水)・28(水)  
3月…6(火)・13(火)  
7(水)・14(水)

### 1 DAY 遠征

■12/2(土)  
…クライミングジム+勝  
👍大人も参加OK!  
※ジムの温かいご協賛により、ジム利用料無料で利用させていただきます。

■3/29(木)  
…登別アヨロボルダー

- 時間 火曜・水曜(どんころウォール)18:30~20:30
- 参加費 火曜or水曜…月額2,000円(兄弟割引15%OFF)
- 外岩・ジム…1回3,000円~(親子兄弟割引15%OFF)
- 講師 長谷川 勘太郎氏(木製クライミングホールドVOCK)

## えかっちクラブ〔小・中学生対象〕

頭と体を遊びで鍛えよう！後期はサッカー、キックベースなどに取り組み、チームプレーを学ぼう！

### 西小学校体育館

11月…6(月)・20(月)  
12月…4(月)・11(月)・18(月)  
1月…22(月)・29(月)  
2月…5(月)・19(月)・26(月)  
3月…5(月)・12(月)

### 町民体育館

※2/13のみ南富良野小学校体育館

11月…14(火)・21(火)・28(火)  
12月…5(火)・12(火)・19(火)  
1月…23(火)  
2月…13(火)・20(火)  
3月…6(火)・13(火)

- 時間 西小…15:30~16:20 町体…15:45~17:00
- 対象 月曜…南富良野西小学校 / 火曜…南富良野小学校 ●参加費 年間700円+保険料800円 ●後援 南富良野教育委員会

ゆっくは、健康で豊かな生活をサポートし、みなさんと一緒に活力のある地域づくりをめざしています

## 会員募集中 年会費

個人会員(18歳以上) 1年…2,000円 半期…1,000円  
こども会員(18歳未満) 1年…1,000円 半期…500円  
※半期…前期(4~10月)、後期(11月~3月)  
団体会員 5,000円 (50名以上の団体は10,000円)  
賛助会員 1口1,000円

## スポーツ安全保険

教室への参加には、必ず傷害保険への加入が必要です。自己の保険でカバーできない方は、スポーツ安全保険への加入をお勧めします。

大人 高校生以上 1,850円・65歳以上 1,000円  
こども 800円 【対象期間 2017年4月~2018年3月】

## ご支援のおねがい

ゆっくの運営にご支援いただける会員の皆さまからの寄付、企業からの協賛金を1口1,000円から募っております。その他にも、クラブ主催イベントへの協力など、様々な形でのご支援もお願いしております。ご提案等ありましたら気軽に事務局までご連絡ください。

ゆっくの活動は  
地域みなさんに  
支えられています

クライミング教室 スポンサー

オヤマ農機株式会社

(株)南富自動車サービス

クライミングジム+勝

お申込  
お問合せ

認定NPO法人どんころ野外学校 総合型地域スポーツクラブ  
みなみふらのSHCクラブ ゆっく事務局

〒079-2551 北海道空知郡南富良野町落合1074  
http://www.donkoro.com/?page\_id=2621

TEL 0167-53-2171

FAX 0167-38-4200

E-mail donkoro@jeans.ocn.ne.jp

https://www.facebook.com/donkoro.jp