

**総合型地域  
スポーツクラブ**

**小津クラブ活動報告・案内**

小津クラブウォーキング  
世界遺産「比叡山延暦寺」を巡る(ご案内)

- 開催日 令和5年9月9日(土) 小雨決行
- 集合地 JR守山駅西口 8:20から受付
- 行程 (約5km)  
JR守山駅(8:50発)⇒JR膳所駅・京阪膳所駅⇒  
京阪坂本駅⇒ケーブル坂本⇒ケーブル延暦寺⇒  
根本中堂(昼食・自由行動)⇒大講堂⇒戒壇院⇒  
阿弥陀堂・東塔⇒ケーブル延暦寺⇒ケーブル坂本  
⇒京阪坂本駅⇒京阪膳所駅・JR膳所駅⇒  
JR守山駅(16:07着予定・解散)
- 対象者 小津学区のみなさん
- 参加費 会員：3,000円 未会員：3,400円  
(坂本ケーブル往復料金、延暦寺巡拝券含む)
- 定員 40名
- 申込み 会員：8/5(土)～8/25(金)17:00  
未会員：8/12(土)～8/25(金)17:00  
小津公民館の小津クラブ投函箱へ  
※詳細は各戸回覧のちらしをご参照下さい

夏季会員グラウンド・ゴルフ大会の開催(案内)

- 開催日 令和5年8月20日(日)  
受付:8時45分～9:00 競技開始:9:15～
- 場所 小津小学校グラウンド
- 対象者 小津クラブ会員
- 参加費 200円(当日集金します)
- 申込み 小津公民館の「小津クラブ投函箱」に、申  
込簿を置いていただきますのでご記入ください。  
※詳細は会員宛て案内をご覧ください。



地球一周わくわくウォーキング関連事業  
どきどきわくわく体力チェック&チューブエクササイズの様様

6月18日(日)、小津小学校体育館にて「地球一周わくわくウォーキング」関連事業として、スタッフ含め18名が参加して開催。体力チェックは半年ぶり。結果はどうだったでしょうか?

【チューブエクササイズ】  
チューブの伸縮を利用したストレッチ&筋肉トレーニング。崎谷講師の軽快な語り口とともに、いろいろなポーズでチューブを伸縮させる。肩が軽くなったようです。



前期会員グラウンド・ゴルフ日帰り遠征大会(結果)

6月18日(日)、22名が参加して小津小学校グラウンドにて大会を開催。日帰り遠征の計画も、コロナの後遺症で遠征はしばらく自粛。熱戦の結果、次の方が上位入賞されました。

- ・優勝 吉田 国土 さん
- ・第2位 石川 隆 さん
- ・第3位 森上 ことみ さん
- ・ダイヤモンド賞  
11～8ホール内でホールインワン3回  
久 光子 さん



第43回 小津学区杯ゴルフコンペ開催の案内

- 開催日 令和5年9月5日(火)
- 場所 メイプルヒルズゴルフ倶楽部
- 時間 スタート 10:00AM OUT4組  
集合 9:30AM
- 参加費 2,000円(賞品代ほか)
- プレーイ 約10,100円  
(セルフ、限定昼食付、近江牛オフソクとも)
- 表彰 優勝、2位、3位、ブービー、ベストロホ
- 申込み 7月31日(月)までに  
小津公民館の小津クラブ投函箱へ  
又は桜井(TEL/FAX 585-3750)まで

**地球一周 わくわくウォーキング** 40000km

7月20日現在の実績

- 歩行距離 6,217km
- 参加人数 66名

8月20日(日)開催の定例スポーツ活動案内

種目	場所	時間	対象者	参加費
ジュニアバレーボール教室	小津小学校 体育館	9:00～12:00	学区内の小学生	無料
少林寺拳法 体験教室	小津公民館 大会議室	16:30～19:00	学区内の5歳以上	無料

※モルック教室は休みます。  
※いずれも申込みは不要です。当日、直接会場にお越しください。

- 【「少林寺拳法 小津クラブ」の開催予定】
- 日時：8月2日(水)、9日(水)、23日(水)、28日(月)、30日(水) 16:30～21:30
  - 場所：小津公民館 2階 大会議室 ※ 見学歓迎。ご自由にお越しください。



- 【リズムエクササイズの開催予定】
- 日時：8月7日(月)、21日(月)、28日(月)  
<健康アップクラス 9:00～10:30> <スロークラス 11:00～12:00>  
※8月14日(月)は休みます。
  - 場所：小津公民館 2階 大会議室



【小津クラブへの問合せ】 小津クラブ事務局 [080-5353-2724]まで 平日9:00～17:00