

Community EXPRESS



vol.55
(2017.1.5)

発行: 指定管理者
シンコースポーツ株式会社

♪ ドバッチー日記 ☺

あけましておめでとうございます！！久しぶりにコミセン通信の担当になったドバッチーです。

それにしても、まさか2017年の一発目のコミセン通信を任されるとは……。なんて光栄な事なんだ～(*^^)v
さて、皆さんは今年の目標はもう立てましたか？

ドバッチーは今年、は痩せるぞ！！醜いプヨブヨのお腹を卒業するぞ～！！って言って正月に餅食べ過ぎたー（笑）
皆さんはどうか？「とくに立てたぜ！」という方や「まだ立ててないや……」という方もいらっしゃると思います。
せっかくなら新年の頭に気持ちよくスタートするためにも、自分なりの一年の目標を決めてみたらいかがでしょうか。
そんなこんなで、今年もコミュニティセンターとドバッチーをどうぞよろしくお願い致します！

♪ 自由参加教室

1月～3月に開催する自由参加教室のご案内です！

水色はプール、黄色はフロアで行う1回500円の教室です。

* アクアバラエティ⇒1/16～3/27の毎週月曜日(3/20は休講) 10:20～11:00 ※受付は9:50分から。定員15名
* 初級水泳教室⇒1/16～3/27の毎週月曜日(3/20は休講) 11:00～11:40 ※受付は9:50分から。定員15名
* 中級水泳教室⇒1/11～3/29の毎週水曜日 10:20～11:00 ※受付は9:50分から。定員20名
* 上級水泳教室⇒1/11～3/29の毎週水曜日 11:00～11:40 ※受付は9:50分から。定員20名
* すぐに役立つ実用書道⇒1/16～3/13の毎週月曜日 10:00～11:00 定員10名
* のびのびヨーガ⇒1/16～3/13の毎週月曜日 10:00～11:00 定員15名
* ととのえ軸ヨガ⇒1/16～3/13の毎週月曜日 11:20～12:20 定員15名
* 健康体操⇒1/11～3/15の毎週水曜日 10:00～10:45 定員15名
* 健康増進教室⇒1/13～3/10の毎週金曜日 18:00～20:00 定員30名
* 剣道教室⇒1/12～3/9の毎週木曜日 16:00～18:00 定員15名

その他ご不明な点がございましたら4F受付へお問い合わせください。

千葉市中央コミュニティセンター4階 Tel043-245-5724

☺ ドバッチーのおススメ本 ☺



《日本男児 長友佑都》

今回は最近ご結婚された長友選手の本を紹介したいと思います。

目標設定とそれに向かう努力の姿。

自分の足りない所を見極めて、それを克服する為の努力する姿。

努力に努力を重ねて、結果として手に入れた成功の物語。

読んでいて小気味良く、あっという間に読んでしまった。

サッカーが大好きな私にとって、楽しくて楽しくて仕方ない本でした。