

平成 28 年度さくらピアスポーツ文化教室

# スポーツレクリエーション教室



まずは準備体操！！

講師 清水勝之 さん



1回目はグラウンドゴルフ



助手  
寺澤敦子さん

運動不足を解消して  
元気に冬をのりきろう！！

