

回 覧

香川自治会会員の皆様へ

「香川グランドゴルフ 愛好会」会員募集のご案内

自治会会員の皆様におかれましては、益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。
人生百年時代を迎え、健康には充分ご配慮されている事と存じます。中でもウォーキングが良いとされています。そこで「グランドゴルフ」のお誘いですが、

1回の練習（4ラウンド、90分～120分）で3,500～4,000歩
歩くグランドゴルフは、如何でしょうか？

私も、始めて2年になりますが、体重も5kg減りまして、食欲も有り、風邪も引かず元気暮らせています。

又毎月の定期健診でも、血糖値 & 血圧も正常値です。今までは近くのスーパーに行くのも車でしたが、現在は徒歩で行っています。

この様に健康に良いグランドゴルフと一緒に体を動かしてみませんか？

現在会員数 男性12名、女性13名の 25名 です。練習中又は休憩中の仲間との語りも楽しみのひとつです。

練習日 ⇒ 週 1～2回 円蔵スポーツ広場（月曜日～金曜日）

* 抽選に依り曜日は不確定（練習日日程表は、毎月全員に配布）

週 1回 香川小学校グランド（土曜日）

* 学校行事が無ければ毎週可能

年会費 ￥1,500 体験教室（クラブ、ボールのご用意あります）

* 円蔵スポーツ広場にて体験出来ます

老若男女問わず皆様の奮ってのご参加お待ちしております。

体験教室と、入会ご希望の方は下記迄お申し付け下さい。

香川 3

近 藤