

イノアのおたより帳

第 6 号 平成24年 1 月 11 日

HPアドレス <http://hellofriendsinoa.web.fc2.com/>

健康体操教室

ハローフレンズ イノア

〒470-2102
愛知県知多郡東浦町緒川相生の丘8-3
TEL/FAX 0562-77-3607
FAX hello-friends-inoa@ma.medias.ne.jp

『2012年の幕開け』

伊藤 敦子



皆さま、2012年の幕が開けました。一年の始まりに、どのような計画、目標を立てましたか？

健康体操教室ハローフレンズイノアは、今年の5月で2歳になります。まだまだ手のかかる、しかし、「一日」と目に見えるように背も伸び、言葉も覚え、ぐんぐん育つ時期です。色々な事に興味を示し、何でもやってみたい。そんなイノアの今年の計画は・・・

一月には二つの大会。「武豊健康体操発表大会」「ジャパン チャレンジ(コンテスト)」三月には、「愛知県健康のための体操発表会」いずれも、大勢の方が参加を表明されています。

五月末から六月にかけては、ドイツから、アキャ・ゲツォファ先生をお迎えして、2周年の特別講習会を開きます。そして、これはさらに、来年の「ドイツ体操祭(トウルン・フェスト)」へとつながります。

九月三十日から十月六日に、イタリア・モンテイカティニで開催される、「ゴールデン・エイジ体操祭」に参加を決定しました。イノアが生まれた最初に、1年目は韓国、2年目はイタリア、3年目はドイツと心に描いていた事が実現します。実は、イタリアは、ちよつと無理かな・・・?と描いていたのですが、ノルウエーのテイッター先生から、「私たちイタリアのゴールデンエイジに出るの」とメールが来た事で、私が最初に描いていたイタリア体操祭とは違う、いや、さらに私たちに適した大会が舞い込んできました。まさに、「舞い込んできた」という表現がぴったりの感じですね。心に描き、一途に努力していれば、必ず目標は達成できる!その信念が、さらに確固たるものになりました。

十一月には日本体操祭、イノアの「名物」にしようと思ってお手玉を使った体操を発表します。2月頃からお手玉を練習する予定です。皆さん、「マイお手玉」を用意して、楽しいお手玉体操を練習しましょう。

私自身の計画は、さらに体操を追求し、リーダー養成と新規会員募集に力を入れる予定です。こんなに気持ち良くて、体が楽になり、年ほとつても体力や気持ちは青春で、充実した人生のお役立ちの体操を、まだ知らない人にもっともつと知って、実践して、結果を享受してもらいたい!!この思いを実現するための仕事は、楽しい以外の何物でもありません。ここに至る今を創るために、今まで出会ったすべての人、物、経験・・・感謝です。すべての私の通ってきた点は、今日につながっています。

今年受取った年賀状の一枚に書かれていた言葉・・・感動しました。この感動を皆さんにもおすそ分けします。

『禅の言葉「遊戯三昧(ゆげさんまい)』
「楽しい事をする」にあらず、「する事を楽しむ」のことく・・・まさに、人生の極意、私のモットーでもありません。



『第3回 ゴールデン・エイジ ジム・フェスト』

海外での大会は、韓国に続き2回目になる、イタリア。
開催市は、モンテカティーニ市。 温泉の町です
参加のための条件は、

- ☆ 50歳以上(ゴールデン・エイジの大会とはそういう意味です。)
- ☆ イノアの会員(海外の大会にイノアのグループとして行く場合、イノアの会員である事が条件です。団体での行動について理解し、海外での行動に耐える体力を必要とするからです。)
- ☆ 演技発表に出場する(見るだけ、応援するだけという人は、参加できません。普通の海外旅行として、個人で行けばよいからです。)



イタリアでの体操祭に参加したい方は、以上の条件を満たすために、どうぞイノアにご入会下さい。
健康体操は、上手下手は関係ありません。年だから、下手だから・・・ などなど、健康体操の本質、趣旨を理解していない理由であきらめている方、一步踏み出してみてください。人生が変わります。
大勢のご参加を、お待ちしております。

申し込み 申込金30,000円を添えてオフィスまで申し込んでください。
4月30日までのキャンセルは、一部返金あります。
締め切り 1月28日(土)



一般体操コンテスト ジャパン・チャレンジ

来る1月29日(日)代々木競技場第2体育館
総勢 78名 はりきって東京に行ってきます。

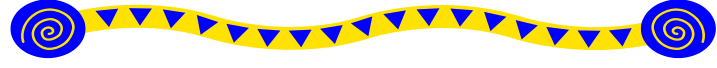
笑顔で!楽しく!誰でもできる イノアの体操を
アピールしてきます。



ドイツ ミュンヘンより アキャ・ゲツォファ先生 来日

(5月末ごろから6月初旬の予定)

特別講習会、多数開催。
来年のドイツ体操祭には、アキャ先生のグループと合同で参加します。そのため作品伝達講習会も行います。
ダンスーとしてのアキャ先生の作品は、優雅、表現豊か、滑らかな動き・・・と、普段とは違った動き、大人の雰囲気ですよ。今から、来年のドイツ体操祭を視野に入れ、講習会に応募してください。
お楽しみに!!



イノアオリジナル長袖Tシャツ 再注文受け付け開始!

前回注文しそびれちゃったあなた!あの色いいなあ~欲しいわ!
この機会にどうぞ!
全16色 デザイン2種類
サイズ XS, S, M, L, 2L, 3L 6種類
※ 詳しくは、「イノアのおたより帳 第5号」を見て下さい。
お気に入りのTシャツを身につけて、みんなで楽しく
LET'S 1周年記念体操!!
申し込み オフィスに申し込み用紙があります。
代金を添えて申し込んでください。
締め切り 2月10日(金)



3月4日(日)愛知県健康のための体操発表会

250名以上で参加予定です
追加申し込みを1月27日(金)まで受け付けます。
総合練習 2月21日(火)午後6時~9時
東海市体育館(又は、東浦町体育館)



イノアのおたより帳