山越 浩司
長野県アイスホッケー連盟 強化委員

軽井沢のスポーツ人ご紹介 file4

ライバルチームが寄せ集まっての代表チーム。そこに面白さと難しさがあります

この冬、軽井沢で開催された『長野かがやき国体』のアイスホッケー競技で、成年男子長野県チームが8位に入賞しました。そのチームを率いる監督が今回ご紹介する山越 浩司さんです。
山越さんがアイスホッケーを始めたのは8歳のとき。ちょうど地元少年チーム“バッファローズ”が設立されたときで、父親の強い勧めもあって始めたのがきっかけとか。6年生のときにチームのキャプテンに選ばれ、さらに実業団の試合を目の当たりにして刺激を受けたことで、この競技に熱中するようになったといいます。中・高と部活での競技活動、そして卒業後は軽井沢スケートセンターチームに所属。「ここでは国土計画の実業団あがりの選手もいて、勝負へのこだわりや競技に対する緊張感といった部分で教えられることがとても多かったように思います。」と当時を振り返る。国体出場歴13回という輝かしい実績を経て30歳で現役を引退、その後代表監督を務めることに。そんな山越監督のチーム作りは、「代表チームは見方を変えれば国体のための即席チーム。技術面以外のチームの結束力や雰囲気作りがとても大事。代表チームの選考は実力だけではなく、選手の性格や経験なども含めて判断しています。」と、ご自身の経験から、30歳過ぎのベテラン選手の存在がチームにとって非常に重要であると考えている。今回のチームも若手とベテランが巧くミックスされたチームで、国体の2回戦、対福岡戦ではチームの結束力を最大限生かし、終盤での大逆転勝利となりました。

最後に今後の抱負を聞いてみました。「アイスホッケーという競技は、試合を生で見てもらえればその迫力や面白さが容易に伝わるスポーツです。地域での競技人口がもっと増えて欲しいし、競技にこだわらない楽しみ方があっていいと思います。」

アイアンスタジオ通信／レッスン＆スクール増えました！

これから始まる新年度に向けて
新しい事にチャレンジしてみませんか？

4月よりアイアンスタジオが変わります。
新しいレッスンやスクールが増え、期間限定の講座も始まります。
それに伴いレッスン時間の変更があります。また、更にお得な回数券や、午前限定ジム定期券が出来ました。料金の変更もありますので、詳しくはお問い合わせ下さい。

アイアンスタジオの様子はこちらのブログで
⇒http://sckc-ironstudio.at.webry.info/

アイアンスタジオ
北佐久郡軽井沢町追分701－1
TEL 050－5549－6401

営業時間（日曜休館）
月曜日 17:00～22:00
火曜日～金曜日 10:00～12:00 17:00～22:00
土曜日 10:00～12:00 13:00～18:00

利用者の声

今回はカーリングチーム「チーム長野」の園部さんにお話を伺ってみました

私たち、「チーム長野」はシーズンオフの間、ここアイアンスタジオに通ってトレーニングを積んでいます。基礎体力がついたお陰で、今シーズンは安定したパフォーマンスが増え、自信を持ってプレーすることが出来ました。皆さんも一緒に汗を流しませんか？

2008軽井沢国際カーリング選手権大会では見事優勝！の「チーム長野」

サークルメンバー募集！ 練習場所/勤労者体育センター TEL48-3433 ※左記まで詳細をお問い合わせの上ご来場ください

バドミントン愛好者募集中！
サークル名：ギャロップ 参加費：300円／1回
練習日：毎週金曜日19:00～21:00（A面）
※メンバー同伴の小学生は無料

ソフトバレー他スポーツ好きの人集まれ！
サークル名：魚鳥木 参加費：300円／1回
練習日：毎週金曜日19:00～21:00（B面）
スポーツ好きならどなたでもOK！

Club in Club
ロードバイク仲間募集！
～ロードバイク中心のクラブラン開催～
自転車で風を切って走ることを楽しむ人達の集まりです。初心者歓迎！
◆日時 毎週土曜日9:00～正午まで
第1回開催は5月12日（土） 雨天中止
◆集合場所 追分アイアンスタジオ
◆コース 町内各所。
当初は発地周辺のオンロードを走行。
◆参加料 無料
詳しくは事務局までお問い合わせ下さい
担当：小崎

編集後記

今年の桜は全国的に開花が早いようですね。東京は例年より6日も早かったとか・・・。そして軽井沢にも春到来！ これから桜が咲く頃には一斉にいろんな花が咲き、一年で一番華やかな季節となります。
当クラブも春夏に向けて魅力あるプログラムを皆様にご提供できるよう頑張りますので、どうぞご期待下さい！

発行日 2008年4月5日
編集・発行 NPO法人スポーツコミュニティー軽井沢クラブ
TEL0267-44-6680 FAX0267-44-6681
〒389-0113 長野県北佐久郡軽井沢町発地1157-6
URL http://www.karuizawaclub.ne.jp

◆スポーツコミュニティー軽井沢クラブの事業に協賛して頂いている皆様◆
アジルライフネット㈲ ㈲あらき ㈱インテック ㈲軽井沢総合サービス ㈲軽井沢デリカテッセン ㈲草笛光学 ㈲クリーンライフ SO支援軽井沢委員会 紅葉園建設㈱ サイモン建設㈱ ㈱サトウシューズスタジオ ㈲上信建設 ㈱シンビ堂医薬 たてしなップル ㈱ちもと総本店 ㈲東城印刷 長岡鉄工㈱ ㈲プリモ ムーゼの森 柳沢建設㈱ ラーメン大学軽井沢店

スポーツコミュニティー軽井沢クラブニュース Vol.4

SC KARUIZAWA CLUB NEWS

Sports Community KARUIZAWA CLUB Non Profit Organization since 2004 Oiwake Karuizawa Kitasakugun Nagano
総合型地域スポーツクラブ
NPO法人 スポーツコミュニティー軽井沢クラブ
長野県北佐久郡軽井沢町大字発地1157-6
Tel 0267-44-6680 FAX 0267-44-6681

SC軽井沢クラブ 日本カーリング選手権 全勝で２連覇達成！

ご声援ありがとうございました！

男子優勝：SC軽井沢クラブ
女子優勝：チーム青森

「SC軽井沢クラブ」全日本カーリング選手権大会2連覇！！
当クラブ所属のSC軽井沢クラブは、2月6日（水）～11日（月）の日程で、スカップ軽井沢で開催された第25回日本カーリング選手権大会に前年度優勝チームとして出場しました。予選リーグを全勝で1位通過。決勝トーナメントに進出したSC軽井沢クラブは、準決勝で常呂協会に8－3、決勝で東京大学に9－5で勝利し2連覇を達成しました。昨年の10連勝でのパーフェクト優勝に続き今年もパーフェクトでの優勝で、日本選手権においては負け知らずの20連勝中です。
チームは今大会の優勝により、11月初旬にニュージーランドで開催されるパシフィックカーリング選手権大会への出場権を獲得。2010年バンクーバーオリンピック出場を目標に、2連覇達成後も日々練習に励んでいます。

84歳でスコア84を目指す！

軽井沢のパワフルシニア軍団！！
「エイジシュートゴルフクラブ」

エイジシュートってご存じですか？ 自分の年齢以下のスコアで18ホールをラウンドすることです。
ちなみに世界のプロ競技最年少記録は65歳とか・・・・・・。
そんな夢のような記録を目標としている、SC軽井沢クラブのエイジシュートゴルフクラブが創部4年目となりました。過去3年間エイジシュートを達成した人はまだいらっしゃいませんが、皆さん楽しみながらも、我こそはと毎回エイジシュートにチャレンジしています。クラブの最年長は84歳の金子さん。ベストスコアが93なので、気力、体力を充実させたまま、あと9年頑張れば達成出来る計算。因みに今までクラブで一番惜しかったのは68歳でスコア74だった伊勢さん。ホールinワンは“まぐれ”ということもありますが、エイシ゛シュートは気力、体力、技術、運、etc.が揃わないと達成は難しいと思われます。でも、今シーズンは是非、どなたか『ミラクルパワー』を見せてほしいですね。

【2008年度の開催予定】 ★一緒に楽しむメンバーを随時募集しています。
4月11日、25日、5月7日、21日、6月4日、18日、7月2日、16日
8月27日、9月10日、24日、10月8日、22日、11月5日、19日

軽井沢カーリングフォーラム開催

2月24日軽井沢大賀ホールに於いて、長野オリンピック10周年記念イベント、夢はオリンピック「軽井沢カーリングフォーラム」が開催されました。第1部は“チーム長野”“SC軽井沢クラブ”“信州チェアカーリングクラブ”の選手が出演し、今期バンクーバーにかける思い等を話して頂きました。そしてフォーラムの核となる第2部のトークセッションでは、長野オリンピック競技委員長の小林宏氏をコーディネーターに迎え、元チーム青森の小野寺歩さん他、多彩な顔ぶれのパネリストの方々から、活発な意見が出され、カーリングの町軽井沢においての今後の方向性を示す有意義なフォーラムとなりました。また、最後はトワエモアの白鳥英美子さんのミニコンサートがあり、透明感のある歌声でフォーラムに華を添えました。

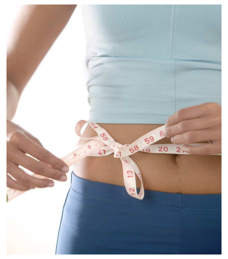
ご来場頂いた皆様、ありがとうございました。

長野カーリングサポーターズクラブ
サポーター会員募集中！

長野カーリングサポーターズクラブは、随時サポーター会員を募集中です！
「目指せバンクーバー 長野から世界へ！」を合言葉に、選手とサポーター一丸となって前進し、バンクーバーへの夢を叶えたいと思っています。2008シーズンの海外応援ツアーも企画中です。
4月22日（火）には07－08シーズンの報告パーティーを予定しています。
事務局／NPO法人スポーツコミュニティー軽井沢クラブ TEL 0267-44-6680 年会費 個人/2,000円 法人/10,000円

2008春からのNew Lesson

追分アイアンスタジオにて



ダイエットスロートレーニング／毎週水曜日　10:00～10:45

バレエの藤本先生が指導する春夏に向けての待望のレッスン！
軽い負荷とゆっくりした動きの中で、筋肉に刺激を与えていきます。
一般会員840円/1回　　ファン会員1,050円/1回

BALLピラティス／特定木曜日11:00～11:45　（完全予約制）　定員8名

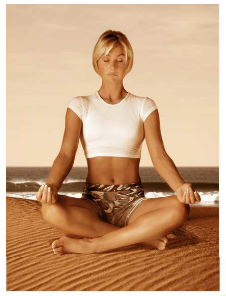
ボールを使ったピラティスは、細部の筋肉までアプローチが可能になり、身体の正しい使い方をわかりやすく導いてくれます。
一般会員5,500円/月謝　　ファン会員6,300円/月謝

腰痛・肩こり予防クラス／毎週火曜日　10:00～10:45

肩こり・腰痛・膝痛でお悩みではないですか？
無理のない適度な運動で、血行を良くしましょう!!
一般会員840円/1回　ファン会員1,050円/1回

YOGA～精神力アップ講座～／5月15日～7月31日の毎週木曜日　PM9:00～9:45

集中力を高めると同時に、体幹を整えることを目指します。
メンタル面も鍛えられるので、スポーツ選手やストレスの多い社会人にオススメです。
一般会員12,600円/全講座（12回分）　ファン会員15,750円/全講座（12回分）（完全予約制）



日本舞踊～西川流～／毎週水曜日（大人）・土曜日（ジュニア）

日本の伝統文化、日本舞踊を基礎から丁寧に学んでいきます。
着物の着付けも同時に学べ、今後海外留学する方にもオススメです。
★6月より月謝制の教室になります。

◆大人クラス
毎週水曜日　13:30～15:00
一般会員　840円/1回
ファン会員　1,050円/1回

◆ジュニアクラス（5歳～高校生）
毎週土曜日　10:30～11:30
ジュニア／一般会員　630円/1回
ファン会員　1,050円/1回

キッカー・グラトリ教室
カーリング教室
ご参加ありがとうございました。
又来年！See You

風越公園勤労者体育センターにて

チアリーディング教室／第1・第3火曜日　小学1～3年18:00～　小学4年～中学生19:00～20:00

小中学生対象のチアリーディング教室。インストラクターに、各地で活躍している長野チアリーディングチーム"レンジャーズ"のキャプテン、渡辺ゆか先生をお迎えして、チアリーディングの楽しさを教えて頂きます　　**ジュニア・一般会員　3,150円/月謝**

大人の「体育の時間」／毎週火曜日　10:30～11:45　★4月15日、22日は無料体験Day！

子供時代を思い出しながら、懐かしの体育の時間スタート！
柔軟体操、バランス、サーキットトレーニング、マット、跳び箱、鉄棒、大縄、バレーボール、バスケットボール、ミット打ちでのストレス発散、脳トレなどの予定。
一般会員　3500円/月謝　　ファン会員　4,500円/月謝

サッカーファクトリースキルアップクラス／毎週月曜日　19:45～21:00　中学生以上

中学生からシニアまで、男女を問わずサッカー大好き人間のスキルアップクラスです。
一般会員　800円/1回　　ファン会員　1,000円/1回　（定員20名）

Lesson紹介／「子供空手教室」　剛柔流空手

子供空手教室の梅園亜聖先生は、空手を始めて、自分の先生の圧倒的な強さと技のあざやかさ、人との接し方と礼儀正しさ、その立ち居振る舞い全てに衝撃を受けた事が空手にのめり込むきっかけだったそうです。そして、この子供空手教室では、厳しい稽古を通して礼儀を学び、人の痛みを知り、また人に対して思いやりを持つ事の大切さを、沢山の子供達に伝えていきたいという思いを持って、毎週丁寧に教えて下さっています。そんな梅園先生の元、現在16名のチビッコが、厳しく、そして楽しく稽古に励んでいます。

◆　大会参加報告／3月9日、群馬県伊勢崎市にて
二度目の大会参加で、教室参加者13名中7名が勝利。
内1人は2勝しました。
[梅園師範より]
日頃の厳しい稽古に耐えくれた子供達に、勝利する喜びを感じてもらう事ができて良かったです。負けた子でも頑張りを評価され、富岡市長賞をいただくなど内容の濃い結果だったと思います。

ウォーキングPLUS　予告！
大人の遠足シリーズ

5月から来年2月にかけて、「ウォーキングPLUS」という大人の遠足シリーズを企画中です。ネーミングの通り、歩くというベーシックな運動と、プラス"何か"を組み合わせた楽しいイベントです。 "何か"のキーワードは・・・・・
蕎麦打ち・カメラ・犬・蛍・歴史・森・・・・等々。乞うご期待！

SCKCスポーツスケジュール

年月	2008年4月 上旬	中旬	下旬	5月 上旬	中旬	下旬	6月 上旬	中旬	下旬	7月 上旬	中旬	下旬	8月 上旬	中旬	下旬	9月 上旬	中旬	下旬
スクール＆レッスン ※一部、一般&ジュニア会員限定	(下記の表)																	
アイアンスタジオ／1Fジム		└アイアンスタジオ1Fにて通年受付：プライベートメニューを作成します																
スポーツカップ＆スポーツイベント								■第5回さわやか交流ソフトバレーボール大会 6 21、22									■オータムカーリング フェスタ	
					└ウォーキングPLUS　大人の遠足シリーズ													
エンジョイ交流イベント ※一般会員限定					■一般会員限定イベント 新緑ウォーキング＆交流会													
クラブ in クラブ：エイジシュートゴルフクラブ ※一般会員限定		└前期・4月11日、25日、5月7日、21日、6月4日、18日、7月2日、16日　後期　8月27日、9月10日、24日、10月8日、22日、11月5日、19日																
クラブ in クラブ：ロードバイク					└第1回　5　12　土　毎週土曜日開催予定													
クラブ in クラブ：Woof-woof（愛犬家コミュニティー）					■ マナーアップウォークwithワン													

アイアンスタジオ　050-5549-6401

クラス	曜日	時間	備考
肩こり・腰痛予防クラス	毎週火曜	10:00～10:45	
脂肪燃焼エアロ		11:00～11:45	
ダイエットスロートレーニング	毎週水曜	10:00～10:45	
バレエエクササイズ		11:00～11:45	
日本舞踊 大人クラス		13:30～15:00	
ピラティス	毎週木曜	10:00～10:45	
BALLピラティス 注◆		11:00～11:45	4月～7月限定／月謝制
アシュタンガヨガ		19:30～20:30	
ヨガ 精神力アップクラス注◆		21:00～21:45	5月～7月限定　全12回講座
ヨガ	毎週金曜	10:00～10:45	
リズム体操&ストレッチ		19:30～20:30	
日本舞踊 子どもクラス	毎週土曜	10:30～11:30	
子供空手教室		15:00～16:30	火曜クラスは勤労者体育センター

勤労者体育センター　0267-48-3433

クラス	曜日	時間	備考
サッカー教室/キッズクラス	毎週月曜	16:00～16:50	
サッカー教室/U9クラス		17:00～18:00	
サッカー教室/U12クラス		18:10～19:40	
サッカー教室/スキルアップクラス		19:45～21:00	中学生以上
大人の体育の時間	毎週火曜	10:30～11:45	
子供空手教室		16:30～18:00	土曜クラスはアイアンスタジオ
チアリーディング/小1～3年	第1.3火曜日	18:00～19:00	
チアリーディング/小4～中学生		19:00～20:00	
子ども体育塾	毎週木曜	17:00～18:30	
ミニバスケット教室	毎週金曜	17:00～19:00	

軽井沢町社会体育館　0267-45-7772

クラス	曜日	時間	備考
健康運動教室	毎週日曜	10:30～11:30	

注◆ のレッスンは指定日となりますので確認下さい。
白枠のクラスはオープンレッスンです。どなたでもご参加頂けます
グレー枠のクラスはSCKC一般会員、ジュニア会員限定クラスです

クラブ会員募集中！

ファン会員　　無料
一般会員　　5,000円／年
ジュニア会員　3,000円／年
（小学生以下）

スポーツコミュニティー軽井沢クラブ　スタッフ募集！

1. **運動指導スタッフ**
   当クラブ直営アイアンスタジオでのトレーニング指導・窓口業務。健康複合施設での健康運動指導など。大学体育関係学部卒、体育関係専門学校卒、または競技スポーツ経験者希望。健康運動指導士・健康運動実践指導者などの有資格歓迎。要普免。
2. **イベントボランティア**
   登録制。随時募集しています。

詳しくは事務局までお電話ください。
担当：クラブマネージャー／小崎
TEL 0267-44-6680