

きらっとスポーツ+



# チャンバラで 心も体も元気に!

## vol.6 奥びわ湖スポーツクラブ

映画や演劇などの用語として使われている「チャンバラ」。これは「チャンチャンバラバラ」の略で、刀を持って斬り合う場面のこと。

「奥びわ湖スポーツクラブ」では風変わりな「チャンバラフィットネス」が注目を浴びている。

具体的には、木刀を持って、斬る、受ける、かわすなどの、チャンバラの基本動作を音楽に合わせて行なう健康体



操だ。現在10～13人の子供たちと大人と一緒に練習している。市外からの参加も歓迎している。

今年6月、同クラブは東日本大震災の被災者を励ますため、避難所の「ピックパレツ

トふくしま」で技を披露し、「楽しい、なつかしい」など歓声を受けた。

このほかクラブ内には、バドミントンやヨガ、ピラティス教室など、四つの一般向け教室と、三つの子ども向け教室がある。また、軟式野球大会

やビーチボール大会なども年間を通して行い、心と体の健康増進を推進している。

(取材・前川)

詳しくは  
[www.gaido.jp/spo](http://www.gaido.jp/spo)



「ピックパレットふくしま」で披露したチャンバラフィットネス



### チャンバラフィットネス

- ◆月曜日 17:30～19:00
- ◆場所: 西浅井運動広場体育館(長浜市西浅井町大浦2590)
- ◆持ち物: 水筒、タオル、上靴

### 【8/5(金)、6(土)】ジュニアキャンプ

- ◆場所: 奥琵琶湖キャンプ場(長浜市西浅井町大浦1796)

★会員以外の参加も受け付け中! 参加費など詳細は要問い合わせ。

## 奥びわ湖スポーツクラブ

長浜市西浅井町大浦190

★2011年2月19日設立。

会員の年齢層は、幼児から70代くらいまで幅広い。

問い合わせ **090-1223-9361**

【受け付け】9:00～17:00

スタッフも一緒になって楽しめるイベントを企画し、地域の人たちと力をあわせて地元を元気に楽しい町づくりを目指しています。



事務局の  
中原善幸さん