

# SPORTS よこはま

横浜スポーツ情報誌

Vol.  
53

TAKE  
FREE

2016  
FEB

横	浜	
熱	闘	Hama Love
倶	楽	部



## 横浜熱闘倶楽部

P2

20  
周年

### 横浜熱闘倶楽部 P6

4プロチーム情報の紹介

### スポーツ医科学センター P8

スポ医科Dr.が教える健康な身体のつくり方  
～休養と睡眠～

### インフォメーション P10

「横浜マラソン2016」3月13日(日) START!  
第26回よこはまシティウォーク

### 夢を信じて P12

元ラグビー日本代表、7人制ラグビー監督  
吉田義人さんインタビュー

### 地域だより P13

各区体育協会事業紹介  
子どもの体力向上のための取組み  
スポーツセンターで姿勢測定会開催  
横浜みなとみらいスポーツパークからのお知らせ

スポーツ施設を探したい!  
スポーツの仲間を増やしたい!  
そんな時は



横浜のスポーツ情報はハマスポで!



SPORTSよこはまはスポーツ  
振興くじ助成金を受けて作成  
しています。