



■ ティーボール初級公認指導者認定講習会

- 日時 6月1日(土) 午前8時30分～正午
- 場所 大松山運動公園多目的グラウンド
- 対象者
 - ①講習会 17歳以上(5月1日時点)
 - ②競技体験 小学生以上
- ※競技体験はどなたでも参加できます。
- 参加料
 - ①講習会 1,000円(当日徴収)
 - ②競技体験 無料
- 認定登録料 2,000円
- 申込方法 5月20日(月)までに電話で氏名、年齢、住所、連絡先をお伝えください。

■ ベビーマッサージ教室

- 日時 6月6・13・20日(木曜日、全3回)
午前10時30分～11時45分
- 場所 薬師寺コミュニティーセンター
- 対象者 3か月～1歳6か月の赤ちゃんとママのペア(先着10組)
- 参加費 1,500円(3回分) 初回時に徴収します。
- 持ち物 バスタオル、飲み物
- 講師 ロイヤルセラピスト協会認定 有野なつみ先生
- 申込方法 5月15日(水)から開始です。グリムの里スポーツクラブ事務局窓口へお越しください。電話受け付けは行いません。
- 問い合わせ先
グリムの里スポーツクラブ(月・水・金曜日)
☎(52)1182

■ 親子体操教室(前期)

- 親子で参加できる体操教室です。
- 日時 5月28日、6月4・11・18・25日7月2・9・16日(火曜日、全8回)
午前10時～11時30分
 - 場所 石橋体育センター
 - 対象者 市内の2歳～3歳の親子
 - 参加費 1,000円(初回時に徴収します)
 - 定員 15組(先着順)
 - 講師 草川奈津子先生
 - 申込方法 5月15日(水)から開始です。グリムの里スポーツクラブ事務局窓口へお越しください。電話受け付けは行いません。
 - 問い合わせ先
グリムの里スポーツクラブ(月・水・金曜日)
☎(52)1182

■ ニュースポーツチャレンジ教室

- 日時(実施種目) 5月25日(カローリング)、6月1日(バウンドテニス)、7月6日(ラジオ体操)、8月3日(トランポリン)、9月7日(ボクササイズ)(土曜日、全5回)
午前10時～正午
- 場所 石橋体育センター
- 参加費 会員は無料。非会員は大人が500円、小学生以下が100円。(教室1回ごとに徴収します。)
※7月6日のラジオ体操については、参加者全員が無料です。
- 申込方法 5月15日(水)から開始です。グリムの里スポーツクラブ事務局窓口へお越しください。また、当日の申し込みも可能です。電話受け付けは行いません。
- 問い合わせ先
グリムの里スポーツクラブ(月・水・金曜日)
☎(52)1182

■ 体力・運動能力調査

- 日時 6月15日(土)
午前9時～正午
- 場所 石橋体育センター
- 対象者 市内在住の満20歳～79歳(4月1日時点)
- テスト項目
成年(20歳～64歳)
握力・上体起こし・長座前屈・
反復横とび・20mシャトルラン・
立ち幅跳び
高齢者(65歳～79歳)

握力・上体起こし・長座前屈・
開眼片足立ち・10m障害物歩行・
6分間歩行

- 申込方法
5月1日(水)から開始です。お電話でお申し込みください。また、会場での当日の申し込みも可能です。
- 持ち物
運動着・体育館シューズなど
- 注意事項 体力に自信のない方、医師から運動を止められている方のご遠慮願います。また、当日に行う日常生活活動テスト

の結果により、体力テストを受けられないことがあります。

9月28日(土)、10月27日(日)実施の回は、後日、改めて広報でお知らせします。

- 問い合わせ先
グリムの里スポーツクラブ
(月・水・金曜日)
☎(52)1182

