



グリムの里スポーツクラブの教室参加者を募集

親子体操教室

親子で参加する楽しい体操教室です。

■日時 (全8回・月曜日)

5月16日～7月4日
午前10時～11時30分

■場所 石橋体育センター

■対象者

市内の2～3歳児と保護者

■定員 10組 (先着順)

■講師 草川奈津子氏

■参加費 1,500円 (保険料込)

■服装・持ち物 動きやすい服装、体育館シューズ、飲み物

■申込期間

5月2日(月) 午前9時～

シニア体操教室

栃木SCのトレーナーによる、介護予防を目的とした体操教室です。

■日時 (全5回・火曜日)

6月7日～7月5日
午前10時～11時

■場所 スポーツ交流館

■対象者 市内在住者

■定員 15名 (先着順)

■参加費

500円(全5回分・保険料込)

■服装・持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物、ヨガマット (持っている方)

■申込期間

5月9日(月) 午前9時～

ソフトテニス教室

ラケットの持ち方などの基礎から試合ができるまでを教えます。

■日時 (全5回・土曜日)

5月14日 (初回)
午後0時15分～1時45分
(集合時間は正午)

※2回目以降の日程は申込時にお知らせします。

■場所

大松山運動公園テニスコート

■対象者 テニス初心者の小学1～6年生 (市在住の方、または市在勤者の子)

■定員 20名(先着順)

■参加費 3,000円 (保険料込)

■講師 増山義一氏

■服装・持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物

※ラケットとテニスシューズを持っている方はお持ちください。

■申込期間

5月2日(月) 午前9時～

共通事項

■申込方法 窓口で申込書と参加費を提出 (電話不可)

問い合わせ・申し込み先

グリムの里スポーツクラブ
(スポーツ交流館内)

☎(52)1182

(月・水・金曜日の午前9時～午後5時)

元気ワイワイ南河内の教室参加者を募集

ノルディックウォーキング教室

2本のポールを使って歩く全身運動で、身体能力を問わず誰でも簡単に始められます。

■日時 (雨天中止)

6月4日(土)
午前10時～正午
(集合は午前9時50分)

■集合場所

石橋体育センター前駐車場

■コース

石橋地区の名所・旧跡探索

■対象者 市在住または在勤の20歳以上の方

■定員 20名 (先着順)

■参加費 200円 (当日徴収)

■服装・持ち物 動きやすい服装、飲み物、タオル

※専用ポールは貸出可 (無料)。

■申込方法 窓口または電話

体幹トレーニング教室

運動の上達には、身体の軸を知ることが大切です。

■日時 (全3回・土曜日)

6月11日・25日、7月2日
午前10時～正午

■場所 南河内体育センター

■対象者 小学生以上の方

■定員 各回40名 (先着順)

■持ち物 体育館シューズ、飲み物、タオル

■参加費 1回100円
(保険料として当日徴収)

■申込方法

指定の申込書を窓口へ提出

共通事項

■申込期間 5月9日(月)～

申し込み・問い合わせ先

元気ワイワイ南河内
(南河内体育センター内)
☎(48)5401

(平日の午前9時～午後5時)

春季レディーステニス大会 (ダブルス)

■日時 (雨天時翌週に順延)

6月17日(金)
午前9時集合

■場所

国分寺運動公園テニスコート

■対象者 市内コート利用者

■参加費

3,000円 (当日徴収)

■申込方法 参加申込書 (市テニス協会ホームページ掲載) を電子メールで提出

※6月6日(月)に参加者名簿を掲載します。

※ペアの変更は当日まで受け付けませんが、キャンセルはできません。

■申込期間 5月23日(月)～

6月5日(日) 午後5時

問い合わせ先

市テニス協会 大垣

☎090(2745)5886

✉ladies@shimotsuketennis.com

URL <http://www.shimotsuketennis.com/>