



市テニス協会主催の教室・大会 参加者募集

秋季テニス教室

市テニス協会では、春と秋にテニス教室を開催しています。テニスを楽しみたい、ステップアップを目指したい初心者から中級者の方の参加をお待ちしています。

■日時 (毎週土曜日、全5回)

9月3日～10月1日

午後7時～9時

※初回は午後6時45分～

■対象者 市在住・在勤・在学(高校生以上)の方

■参加費 5,000円(初回徴収)

■問い合わせ先

市テニス協会 佐藤

☎090(1850)6273

✉info@shimotsuketennis.com

秋季レディーステニス大会

市内で活動する女性の皆さんのための公式試合として、大会を開催します。

■日時 9月9日(金)

午前9時集合

(雨天時は翌週に延期)

■対象者 市内のテニスコート利用者

■種目 レディースダブルス

■試合方法 6ゲーム先取(セミノーアドバンテージ方式)

※参加申し込み人数によっては、予選リーグ方式やコンソレマッチを取り入れることがあります。

■参加費 3,000円(当日徴収)

■その他 ペアの変更は当日まで受け付けますが、キャンセルはできません。

■問い合わせ先

市テニス協会 事務局

☎090(3524)0614

✉ladies@shimotsuketennis.com

■共通事項

■場所 国分寺運動公園
テニスコート

■申込方法

市テニス協会ホームページから参加申込書をダウンロードし、メールで申し込み

※8月29日(月)ホームページ掲載の参加者名簿をご確認ください。

🌐http://www.shimotsuketennis.com/

■申込期間 8月15日(月)～28日(日) 午後5時

親子ゴルフ体験会 参加者募集

ゴルフの経験が無くても大丈夫。お子さんと一緒にコースでゴルフを楽しみましょう!

■日時 8月20日(土)

午前11時～午後4時

■場所

栃木ヶ丘ゴルフ倶楽部
(栃木市)

■対象者 市在住・在勤者とその紹介者

■定員 3組(先着順)

■参加費 (3ホールプレー代と昼食代込み)

大人 2,500円

子ども 2,100円

■申込方法 電話

■申し込み・問い合わせ先

市ゴルフ協会 島田

☎090(1546)8601



太極拳教室 参加者募集

■日時 (毎週土曜日、全3回)

8月27日～9月10日

午前10時～正午

■場所 スポーツ交流館

■対象者 市在住の方

■定員 15名(先着順)

■講師 岡田裕子

■参加費 500円
(全3回分、保険代を含む)

■持ち物 運動のできる服装、タオル、飲み物

■申込方法

申込書に必要事項を記入し、参加費を添えて申し込み

※電話は不可。

■申込期間

8月8日(月) 午前9時～

■申し込み・問い合わせ先

グリムの里スポーツクラブ
事務局(スポーツ交流館内)

☎(52)1182

(月・水・金曜日の午前9時～午後5時)

体力・運動能力調査

■日時 9月4日(日)

午前9時～正午

■場所 国分寺B&G海洋センター

■対象者

市在住・在勤の20歳～79歳

■調査(テスト)項目

成年(20歳～64歳) 握力、長座前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、シャトルラン、上体起こし

高齢者(65歳～79歳) 握力、長座前屈、上体起こし、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行

■申込方法

電話(会場で当日申し込みも可)

■申込期間 8月23日(火)～

■持ち物 運動のできる服装、屋内シューズ、飲み物、タオル

■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はご遠慮ください。また、当日会場で行う日常生活活動テストの結果によっては、調査を受けられない場合があります。

■申し込み・問い合わせ先

夢くらぶ国分寺 増山

☎(44)0849(火・水・金曜日の午前8時30分～午後5時15分)