



グラウンドゴルフオープン市民大会

市内のグラウンドゴルフ愛好者が一堂に会し、交流と親睦を図る大会を開催します。

■日時 10月13日(木)

午前9時30分～

※小雨決行。雨天時は翌日に延期。

■場所 国分寺運動公園

■対象者 市在住の方

■試合方法 32ホールストローク制

■表彰 男女別1位～20位、ホールインワン賞(100円以上基金あり)、参加賞

■参加費 500円 ※欠席時の返金不可。代理参加は可。

■申込方法 スポーツ交流館、国分寺B&G海洋センター、南河内体育センターに設置の申込用紙に参加費を添えて提出

■申込期間 9月1日(木)～26日(月)

■問い合わせ先 市グラウンドゴルフ協会事務局
館野嘉宜 ☎(48)0191

グリムの里スポーツクラブの参加者募集

チャレンジ教室

「トランポリン」

大きなトランポリンで飛んでみましょう。

■日時 9月24日(土)

午前9時30分～

■場所

石橋体育センター

■定員

15名(先着順)

■参加費

グリムの里

スポーツクラブ会員

無料

一般

500円(保険代含む)

■持ち物 運動できる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物

第2回ソフトテニス教室

初心者を対象としたソフトテニス教室を開催します。

■日時(全5回)

第1回目 10月15日(土)

午後0時15分～1時45分

正午集合

(第2回目以降は申込時にお知らせ)

■場所

大松山運動公園テニスコート

■定員 20名(先着順)

■講師 増山義一氏

■参加費 3,000円(保険加入)

※親子参加の大人は2,000円。

■持ち物

運動できる服装、タオル、飲み物、ラケット(お持ちの方)、テニスシューズ(お持ちの方)

共通事項

■対象者

市在住の未経験者(大人可)

■申込方法 スポーツ交流館に設置の申込書に参加費を添えて提出(電話申し込み不可)

■申込期間 9月12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)

元気ワイワイ南河内の参加者募集

安達太良山トレッキング

紅葉の安達太良山を満喫しましょう。奥岳登山口～薬師岳～安達太良山のおおよそ10.7km、標高差802mのトレッキングです。

■日時(小雨決行)

10月11日(火) 午前5時集合

■集合場所 南河内公民館駐車場

■対象者 5時間のトレッキングに耐えられる健康な大人

■定員 30名(先着順)

■参加費 7,000円(会員6,500円)

■申込方法

参加費を添えて窓口で申し込み

体力・運動能力調査

■日時 10月30日(日)

午前9時～正午

午前11時受付終了

■場所 南河内体育センター

■対象者 市在住の満20歳～79歳(4月1日時点)

■持ち物

運動できる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物

■テスト項目

成年(20歳～64歳)

握力・長座前屈・上体起こし・反復飛び・立ち幅跳び・

20mシャトルラン

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

■申込方法 電話(会場で当日申し込みも可)

共通事項

■申込期間 9月5日(月)～

■申し込み・問い合わせ先

元気ワイワイ南河内事務局(南河内体育センター内)

☎(48)5401

(土日・祝日を除く午前9時～午後5時)