

# スポーツ情報

## 鉄棒・跳び箱の日

鉄棒、跳び箱の特訓が気軽にできます。

**時** 7月16日(月・祝) 15:00～18:00

**場** 笠原体育館 第3競技場

**対** 小学6年生以下(3年生以下は保護者同伴)

**参加料** 1時間50円(大人の付添いは参加料不要)

**問** 笠原体育館 TEL 43-6285

### 先生からの 特別アドバイス

**時** 16:00～17:00

※申込不要



## 大人対象「バレエ エクササイズ」無料体験教室

バレエの動きでインナーマッスルを鍛え、楽しく健康を目指しましょう。

**時** ①8月3日(金)②8月24日(金)

両日とも10:30～11:30

※体験は1回限り

**場** 感謝と挑戦のTYK体育館 第4競技場

**対** 16歳以上 **定** 15人

**持ち物** 運動のできる服装・靴下・室内用シューズ

**申問** 感謝と挑戦のTYK体育館 TEL 22-4111

## ノルディック・ナイトウォーキング

夜のノルディック・ウォーキングを体験できます。

**時** 8月25日(土) 19:00～20:00 ※雨天中止

**場** 星ヶ台陸上競技場と外周路 **定** 30人

**持ち物** 軍手、タオル、飲料水など、ポール(あれば)

※ポールを無料で貸し出します

**申問** 星ヶ台管理事務所 TEL 22-2564

## マレットゴルフコンペ(ワーカーズ杯)

**時** 7月22日(日) 10:00～12:00

※受付9:30～ ※雨天中止

**参加料** 一般520円、  
中学生以下210円

※景品多数あり

**申込方法** 住所、氏名、電話番号を窓口  
または電話、FAXで

**場申問** 平和マレットゴルフ場

TEL / FAX 25-1234



## ニュースポーツ紹介「カローリング」

「そだね!!」「もぐもぐタイム」などの流行語をもち、日本中が沸いた平昌オリンピックのカーリング。そのカーリングからヒントを得て誕生したのがカローリングです。



カーリングの競技場が氷上であるのに対して、カローリングの競技場は屋内フロアです。1チーム3人のプレーヤーが6個のジェットローラーを、コート先端にある直径90cmのポイントゾーンに向け、相手チームのプレーヤーとジェットローラーを交互に走行してぶつけ合い、得点を競うゲームです。簡単なルールで子どもから高齢者まで手軽に楽しめます。

市では、カローリングセットを各地域に無料で貸し出していますので、ぜひご利用ください。

**問** スポーツ推進員(笠原体育館内) TEL 43-6285  
文化スポーツ課 白武 TEL 22-1191

## 8月のトレーニング室利用者講習会

トレーニング室の利用には、各体育館の利用者講習会の受講が必要です。希望者は事前に申し込みをしてください。

**対** 高校生以上 **持ち物** 運動のできる服装(ジーンズやスカートは不可)、室内用シューズ **受講料** 500円

場申問	時	定
感謝と挑戦の TYK体育館 TEL 22-4111	毎日実施 ※施設運営状況により休講の場合あり	10:10～10:50
		14:10～14:50
		19:10～19:50
笠原体育館 TEL 43-6285	20日(月)	10:00～11:00
	10日(金)	14:00～15:00
	5日(日)、25日(土)、30日(木)	18:15～19:15
	15日(水)、25日(土)、30日(木)	19:45～20:45

**申込方法** 電話または窓口へ(感謝と挑戦のTYK体育館は7月20日(金)10:00～、笠原体育館は7月1日(日)9:00～)