

イベント

2019年度

1年間

できることから
はじめよう!

春 千本桜まつり



4月

春のウォーキング



4月



卓球大会



6月

ゴルフ大会



7月

熱中症予防講習会



7月



ふれあいフェスタ2019



10月

スポーツ・レクリエーション祭



10月

新体力テスト会



10月

秋のウォーキング



11月

ゴルフ大会



11月

ソフトバレーボール大会



11月



バレーボール大会



12月

わのうち新春マラソン大会



1月

スキー・スノボに行こう



1月

※イベントは募集チラシ・各開催要項をご覧ください。天候または会場の都合により、会場及び開催日を変更する場合があります。

2019年度

定期教室 1年間の教室

暮らしの中にスポーツを

バドミントン教室



基本動作の習得と基礎体力アップの初心者向けの教室。シャトルを打ち、コート内を動き回り汗をかきましょう。

活動日 毎月第2・第4金曜日
19:30~21:30

会場 大藪小体育館 **対象** 小学生以上
参加費 3,000円/半期

健康ストレッチ体操教室



やさしいストレッチ体操で、日頃使わない筋肉をストレッチし、脳の活性化・心の癒しをしながら、ワイワイ楽しく健康保持に努めましょう。

活動日 毎月第1・第3火曜日
10:00~12:00

会場 町民センター大会議室
講師 畑尾道子 **参加費** 3,000円/半期
対象 どなたでも +講師交通費

硬式テニス教室



テニスを始めたい方、やってみてみたい方に参加していただき、テニスの楽しさを知ってほしいです。

活動日 4月9日から 毎週火曜日 10週
19:30~21:30

会場 輪之内テニスコート
持ち物 テニスシューズ・タオル・飲物
参加費 無料
対象 18才以上の初心者

卓球教室

生涯スポーツとして誰もが楽しめる卓球を、ラリーを連続して楽しみましょう。



活動日 毎月第2・第4金曜日
19:30~21:30

会場 大藪小体育館
参加費 2,000円/半期、
または100円/回
対象 小学生以上

スポーツウェルネス 吹矢教室



古武道の要素を取り入れた競技で、胸式と腹式呼吸法の両方を使用し、集中力アップ・ストレス解消が出来ます。

一般会員

活動日 第2・第4水曜日 19:00~21:00

会場 町民センター大会議室
講師 水谷茂樹
参加費 3,000円/半期
対象 どなたでも

新設

サッカー大好きサークル

サッカーを通して生涯、スポーツに親しみ、体を動かすことが好きになってもらいたいです。

活動日 毎月第4土曜日 13:30~15:00
前期・後期それぞれ5回開催

会場 大藪小体育館
講師 中原克彦、岐阜聖徳学園体育学部の学生、
岐阜県サッカー協会技術部のインストラクター
参加費 前期・後期それぞれ一人2000円
対象 4才~小学校3年生以下

ルディックウォーキング教室



全身およそ90%の筋肉を動かす全身運動で姿勢がよくなり、血行が改善され、肩こり等が軽減、2本のポールを使用するため、足首・膝・腰への負担が軽減され、転ばずにバランス改善される。

活動日 毎月第2・第4土曜日 7:00~
会場 本戸地区 大将池周辺
講師 菱田健一郎
参加費 3,000円/半期
対象 どなたでも

クラブ・サークル

還暦野球アポロンクラブ

現役を終えて折り返し地点に立たれた今、もう一度青春時代に見た夢を叶えてみませんか。58歳以上の志の高いスポーツマンたちの軟式野球チームです。

活動日 毎月3回
会場 アポロンスタジアム・中学校校庭 他
担当 伊藤光雄
参加費 未定(実費徴収)
対象 58歳以上の方



ソフトバレーボールサークル



活動日 毎月第2・第4水曜日 20:00~21:00
会場 輪之内体育センター
参加費 無料 **担当** 吉田知恵子
対象 どなたでも

柔らかいボールなので痛くなく、遊び心で誰でもプレーできます。一緒に爽やかな汗をかきましょう。