

Let's SPORTS

問い合わせ先

スポーツ振興課
☎(32)8920

下野市教育委員会

問い合わせ先
スポーツ振興課
☎(32)8920
FAX(32)8611

体力・運動能力調査 参加者募集

国が国民の体力・運動能力の現状を把握するために毎年全国各地で実施している体力テストです。

■日時 10月22日(日)

午前9時

(受付は午前10時30分まで)

■場所 南河内中学校体育館

■対象者 市内在住の満20歳

～79歳(4月1日時点)

■テスト項目

○成年(20歳～64歳)

握力・上体起こし・長座前屈・反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅跳び
○高齢者(65歳～79歳)
握力・上体起こし・長座前屈・開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行

※ADL(日常生活活動テスト)の結果により、体力テストを受けられないことがあります。

ます。

■持ち物 運動着・体育館シューズ・タオル・飲み物など

■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願います。また、当日の健康状態により、参加ができないことがあります。

■申し込み

9月1日(金)受付開始
お電話でお申し込みください。また、当日に会場にてお申し込みも可能です。

南河内地区スポーツフェスティバル開催のお知らせ

南河内地区では、スポーツに対する幅広い年代層の参加を目指すため、スポーツ交流大会を開催します。(卓球・剣道・バドミントン・インディアカ・グラウンドゴルフ・ソフボール・軟式野球・硬式テニス・キンボールスポーツ)奮ってご参加ください。

■日時

10月8日(日)

・予備日9日(月・祝)

・ソフボールのみ予備日は15日(日)

■申し込み

申込用紙に必要事項をご記入のうえ、9月29日(金)までに南河内体育センターまたはスポーツ振興課の窓口へご持参ください。(FAX可)
※申込用紙は、窓口にて配布しております。

総合型地域スポーツクラブ

NPO法人夢くらぶ国分寺

■申し込み・問い合わせ先

国分寺B&G海洋センター内クラブ窓口で申込書に参加費を添えて申し込みください。

担当 増山

☎(44)0849(火・水・金曜日午前8時30分～午後5時15分)

29年度下期会員追加募集

次の教室について参加者を若干名募集します。

〔曜日/時間/参加費(会員)〕
で記載しています。

※詳細はお問い合わせ下さい。

■キッズサッカー教室
毎週土曜日/午前8時30分

～10時/月1,500円

■土曜サッカー教室

毎週土曜日/午後6時30分

～8時30分/月1,500円

■女子サッカー教室

毎週月曜日/午後7時～9時/月1,500円

※ママさんの参加もOKです。

■フットサル教室

毎週木曜日/午後7時30分

～9時30分/月1,500円

■キンボールスポーツ教室

毎月2回水曜日/午後6時

30分～8時30分/月1,000円

■就園児親子体操教室

毎月3回火曜日/午後3時

15分～4時30分/月1,800円

■未就園児親子体操教室

期間限定月曜日/午前10時

～11時30分/8回シリーズで

4,000円

※非会員でご参加の場合は、参加費が異なります。お問い合わせにてご確認ください。なお、入会には別途年会費と保険料が必要です。