

福生地域体育館事業【問合せ】福生地域体育館 ☎ 530・8811

事業名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費
ナイトヨガ (全 10 回)	一般の方	月	午後 7 時 30 分～8 時 30 分	4 月 8 日～7 月 29 日	40 人	参加 毎 500 円
骨盤コア (全 15 回)		火	午後 1 時 30 分～2 時 30 分	4 月 9 日～7 月 16 日	15 人	
ランチヨガ (全 15 回)		水	午後 0 時 10 分～1 時 10 分	4 月 10 日～7 月 17 日	40 人	
リフレッシュヨガ (全 15 回)		木	午後 3 時～4 時	4 月 11 日～7 月 18 日	40 人	
ボクシングエクササイズ(託児付き) (全 13 回)		金	午前 10 時 30 分～11 時 30 分	4 月 12 日～7 月 19 日※5 月 3 日、7 月 5 日を除く	25 人	参加 毎 150 円
フライデーバドミントン (全 8 回)		水	午後 7 時 30 分～9 時 30 分	4 月 12 日～7 月 26 日※第二・四金曜日のみ	20 人	
ウェンズデーバドミントン (全 15 回)		金	午前 10 時～11 時 30 分	4 月 10 日～7 月 17 日	25 人	
金曜卓球倶楽部 (全 14 回)	金	午前 10 時～11 時 30 分	4 月 12 日～7 月 19 日	25 人		

【申込み】申込みは不要です。時間前に受付にお越しください。参加は当日先着順です。休館日、祝日は回数には含まれていません。託児は別途料金がかかります。事前にご予約ください。

中央体育館事業【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511

事業名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費
①キッズ体操 3	市内在住の年少児	木	午後 3 時 30 分～4 時 30 分	4 月 18 日～6 月 20 日	25 人 (抽選)	無料
②キッズ体操 4	市内在住の年中児	土	午前 9 時 30 分～10 時 30 分	4 月 20 日～7 月 6 日 (5 月 4 日、6 月 22 日は休み)	20 人 (抽選)	
③キッズ体操 5	市内在住の年長児		午前 10 時 40 分～11 時 40 分			

【持ち物】運動できる服装、室内用運動靴、タオル、飲料水
 【申込み】電子申請、または往復はがき(当日消印有効)に教室名・氏名(親・子)・生年月日(子)・住所・電話番号を記入し、4 月 9 日(火)までに〒197-0005 福生市北田園 2-9-1 中央体育館内スポーツ推進課へ。往復はがきの場合は返信用宛名を記入してください。

市民会館催し物

★ Do As Infinity LIVE TOUR 2013-Do As Infinity X-

【日時】4 月 6 日(土)開場午後 5 時、開演 6 時
 【場所】市民会館大ホール(もくせいホール)
 【料金】全席指定 6,300 円(好評発売中!)
 ※3 歳以上有料・3 歳未満入場不可
 【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711



福生市営プールの指定管理者を公募します

【対象施設】福生市営プール(北田園二丁目 8 番地 4)
 【指定期間】平成 25 年 7 月 1 日～平成 30 年 3 月 31 日

【問い合わせ】国体推進室 ☎ 551・1750

国体 NaVi

ゆーと、市内に続々出現 ～一緒に国体を盛り上げよう～

2 月下旬から 3 月中旬にかけて、市役所、福生野球場、牛浜駅、福生駅、拜島駅に国体 PR 装飾を行いました!

思わず立ち止まってしまう迫力ある装飾やかわいらしい装飾で、それぞれ国体の PR がされています。

また、市内を巡回する 2 台の福祉バスにもラッピング装飾を行い、国体終了までの間「ゆーと」が描かれた福祉バスが市内を巡回します。

国体開催までいよいよ半年を切りました。市民の皆さん一体となって、国体開催を盛り上げていきましょう!




市内でぼくを見つけてね!



中央体育館事業

▼シェイプアップボクシング

音楽に合わせたボクシングの動作で、普段動かさない筋肉を刺激し、全身のシェイプアップ力を高めます。久しぶりに体を動かす方、リフレッシュしたい方にもおすすめです。

【日時】4 月 12 日～6 月 28 日(※5 月 3 日は休み)の毎週金曜日午前 10 時～11 時(全 11 回)

【場所】中央体育館卓球場

【対象】18 歳以上の方

【定員】先着 30 人

【指導】インストラクター

【参加費】初回に 2,200 円と参加毎に利用券 150 円

【持ち物】運動できる服装、室内用運動靴、タオル、飲料水

【申込み】4 月 10 日(木)までに電話または直接中央体育館受付窓口 ☎ 552・5511 へ。

熊川地域体育館事業

①筋トレ体操

主に椅子を使って楽しくエクササイズします。

【日時】4 月 17 日～7 月 31 日の毎週水曜日午後 1 時～2 時

【対象】中高年者

【定員】15 人

【参加費】150 円(4 月 17 日(水)は無料)

②小学生体操

マット、とび箱やボール遊びなどをします。

【日時】4 月 17 日～7 月 31 日の毎週水曜日午後 3 時 30 分～4 時 30 分

【対象】小学 1～3 年生

【定員】20 人

【参加費】70 円(4 月 17 日(水)は無料)

③親子フラインギング体験

パパ・ママに少し手伝ってもらいながら登ってみよう!

【日時】4 月 27 日(土)午前 10 時～11 時

【対象】幼児(3 歳から)と親

【定員】10 組

【参加費】70 円

①②③共通

【持ち物】動きやすい服装、室内履き、タオル、飲料水など

【申込み】当日参加制です。直接お越しください。

【問合せ】熊川地域体育館 ☎ 552・1980

★地域体育館共通ホームページ (http://www.tama-spo.com/fussa)

ウォーキングにご参加ください!

①健脚家あつまれ!「ロングウォーキング 20 キロ」(経験者向)

新緑のシーズン、多摩川のさわやかな風を浴びながら爽快にウォーキングしてみませんか。ゴール時の達成感は何とも言えません。

【日時】4 月 21 日(日)午前 8 時出発(受付午前 7 時 40 分。中央体育館裏集合) ※雨天中止

【コース】中央体育館↓拜島橋↓立川市柴崎(モノレール高架下)↓四谷橋↓関戸橋↓郷土の森(ゴール)↓サントリー工場見学(1 時間) ※約 20 km

【制限時間】6 時間以内(休憩含む)

【定員】先着 30 人

②同時開催「多摩川リバーウォーキング」

【日時】4 月 21 日(日)午前 10 時出発(受付午前 9 時 50 分。立川駅南口ペDESTリアンデッキ集合) ※雨天中止

【コース】立川駅南口↓立川市柴崎(モノレール高架下) ↓以降①と同じ ※約 10 km

【制限時間】3 時間以内(休憩含む)

【定員】先着 10 人

①②共通

【参加費】一人 200 円(雨天中止の場合でも返金しません) ※交通費は別途自己負担となります。

【持ち物】弁当、飲料水、履きなれた靴、温度調整できる服装、帽子、リュックサック、タオル、雨具など

【ガイド】福生市スポーツ推進委員

【申込み】4 月 2 日(火)から 17 日(水)までに、参加費を添えて直接中央体育館窓口へ。

【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511

1 日～平成 30 年 3 月 31 日

【応募資格】法人その他の団体であること

※複数の団体でグループを構成し応募も可能です。

▼応募の流れ

①募集要項・説明会参加申込書・応募書類を入手

4 月 2 日(火)～14 日(日)の間中央体育館の窓口で受け取るか、市ホームページからダウンロードしてください。

②現地説明会に出席

募集要項を参照し説明会参加申込書を作成のうえ、4 月 9 日(火)午後 5 時までにスポーツ推進課にメールで提出し、説明会に出席してください。 ※市ホームページからダウンロードした場合はその書式を使用可。

【問合せ】スポーツ推進課 ☎ 552・5511

市営競技場管理棟で、市営競技場分の使用申請受付ができるようになります。なお、引き続き中央体育館窓口での受付も継続します。

【開始時期】4 月 1 日(月)～

【問合せ】スポーツ推進課 ☎ 552・5511

市営競技場で使用申請を開始します

【説明会日時】4 月 10 日(水) 午前 10 時

③応募書類を提出

4 月 20 日(土)～23 日(火)(休館日を除く) いずれも午前 9 時から午後 5 時まで中央体育館内スポーツ推進課まで直接ご持参ください。

【問合せ】スポーツ推進課 ☎ 552・5511

