

小学5・6年生の泳力認定会を開催

50mプールで泳ぎたい小学5・6年生を対象に泳力認定会を行います。

日時 7月11日(水)～13日(金)午後3時30分集合

集合場所 市営プール50mプール前(案内板が立っています)

持ち物 水着、ロッカー代(100円リターン方式)、無料券

認定基準 泳ぎ方は自由ですが、100m(50mプール)

往復を途中で足をつかずに休まず泳ぎきれること。

申込み所定の申込書(市内の小学校に配布または中央体育館及び市営プールの窓口にあります。市ホームページからもダウンロードできます。)

必要事項を明記のうえ、認定会当日にお持ちください。

※認定書カードを紛失された方は、中央体育館窓口で再発行します。

問合せ スポーツ推進課 ☎552・5511

障害者水泳体験教室

市内在住・在学の障害のある方を対象にした、プールを楽しみながら体験するプログラムです。

日時 7月19日(木)午前10時～正午

申込み 前日までに電話でスポーツ推進課 ☎552・5511へ。



中央体育館事業

◆アロマセルフコンディショニング

アロマの香りに癒されながら、足裏のツボ・反射区の刺激方法、正しい呼吸方法、リンパマッサージの方法を学び体調改善を行なっていきます。

日時 毎週木曜日午後1時30分～3時

場所 中央体育館多目的室

対象 18歳以上の女性

定員 毎回30人(先着順)

指導 インストラクター

参加費 毎回500円(当日支払い)

申込み 直接会場へ。初回参加時のみ簡単な登録があります。

持ち物 運動できる服装、ハンドタオル、バスタオル、飲料水

問合せ 中央体育館 ☎552・5511

◆募集します

事業名	対象	時間	期間	内容	参加費	備考	申込み
ショートエアロ(全8回)	18歳以上	午前10時～11時	7月25日～9月26日の水曜日(8月8日・15日は休み)	初・中級エアロビクス・筋力トレーニング・ストレッチ	初回に800円 集金・参加ごとに150円	定員20人 指導 体育協会指導員	・中央体育館窓口 ・電子申請 ・往復はがき
託児付きエアロ(全8回)				初回に1,600円 集金・参加ごとに150円	定員15人 指導 体育協会指導員	・電子申請 ・往復はがき	
備考 すべての教室に申込みが必要です。詳細は中央体育館へお問い合わせください。※申込み多数の場合は責任抽選							
持ち物 運動できる服装・室内用運動靴・タオル・水分補給できる物							
申込み 上記の方法で教室名・氏名(託児付きエアロは親・子)・生年月日(託児付きエアロは親・子)・住所・電話番号とともに、7月15日(日)までに福生市北田園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)							
問合せ 中央体育館 ☎552・5511							

◆夏休みスポーツ体験塾

さまざまなスポーツの体験をします。たくさん体を動かしてスポーツを好きになろう!!

日時・プログラム 下表のとおり

場所 中央体育館ほか

対象 市内の小学生(1～6年生)、中学生(1～3年生)

定員 小学1～3年生・小学4～6年生・中学生各20人※先着順

参加費 無料

指導 福生市体育協会職員

持ち物 室内用運動靴・外履き・タオル・水筒・着替え(Tシャツなど)・最終日の食材(お米一合と野菜が必要。後日ご連絡します。)

申込み 7月15日(日)までに中央体育館受付窓口で申込み用紙に記入し、提出してください。

問合せ 中央体育館 ☎552・5511

日	学年	時間	内容
1日目 8月8日(水)	小学1～3年生	午前9時30分～11時30分	●体力テスト(跳んだり・走ったり…。記録をとるよ!)
	小学4～6年生	午後1時～3時	●体力づくり運動(いろいろな道具を使って体をうごかすよ!)
	中学1～3年生	午後3時30分～5時	
2日目 8月9日(木)	小学1～3年生	午前9時30分～11時30分	●体力づくり運動(いろいろな道具を使って体をうごかすよ!)
	小学4～6年生	午後1時～3時	●競技スポーツ(ビーチボールなどに挑戦するよ!)
	中学1～3年生	午後3時30分～5時	
3日目 8月10日(金)	小学1～3年生	午前9時30分～午後1時	●体力テスト(跳んだり・走ったり…。記録をとるよ!)
	小学4～6年生		●公園へ行って全学年でレクリエーション運動(ボール遊びやドッチビーなど)最後は班でカレーを作って食べるよ!
	中学1～3年生		

国体オリジナルポロシャツを着よう!

NPO法人福生市体育協会では、平成25年に開催される国民体育大会に向けて、「国体オリジナルポロシャツ」を作りました。皆さんでポロシャツを着て、国体を盛り上げよう!デザイン・購入方法・期間等については、下記の体育協会ホームページをご覧ください。

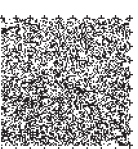
購入価格 2,500円(売上の一部を東日本大震災の義援金として寄附します。)

問合せ NPO法人福生市体育協会事務局(福生市北田園2-9-1中央体育館内) ☎・FAX 551・0211、ホームページ(<http://www.faaa.or.jp/index.html>)

国体NaVi 「ゆりーと」が応援!

都民の鳥「ゆりかもめ」をモチーフにした、スポーツ祭東京2013のマスコットキャラクター「ゆりーと」が、国民体育大会(国体)の開催を応援するため、市内のイベント等に登場し、時には、一緒にゆりーとダンス「ニッコリ・ファイト!」を踊ります。「ニッコリ・ファイト!」は、「マル・マル・モリ・モリ」の振り付けをした濱田「Peco」(ペコ)美和子さんが作詞、作曲、振り付けをし、国体の成功と、スポーツを通じて日本を元気にしようという願いが込められています。皆さんも一緒に踊って、開催気運を盛り上げましょう!

★第68回国民体育大会ソフトボール競技(成年女子)  
競技会期・会場 平成25年9月29日(日)～10月1日(火)・福生野球場・市営競技場



熊川地域体育館

①夏休み短期熊っ子空手道場

日時 7月29日(日)～31日(火)の午前11時～正午(全3回)

対象 年長児～小学生

定員 25人

参加費 1,000円(初回に一括払い)

②夏休み短期バスケット

日時 7月29日(日)～31日(火)の午前9時30分～10時30分(全3回)

対象 小学1～6年生

定員 25人

参加費 1,000円(初回に一括払い)

③夏休み子どもヒップホップ

日時 8月2日～30日の木曜日、午後4時30分～5時30分(全5回)

対象 小学1～6年生

定員 25人

参加費 1,500円(初回に一括払い)+参加毎70円

④夏休み短期集中マット運動

日時 8月4日(土)～6日(月)の午前10時～11時(全3回)

対象 幼児(年中児・年長児)

定員 20人

参加費 1,000円(初回に一括払い)

⑤夏休み工作

日時 8月15日(水)午前10時～正午

対象 幼児～小学3年生

定員 10人

参加費 300円

①②③④⑤共通

持ち物 室内履き、水分補給用飲料、タオル等

申込み 直接窓口、電話またはホームページからお申し込みください。申込み多数の場合は抽選。

問合せ 熊川地域体育館 ☎552・1980

福生地域体育館

①夏休み短期空手教室

基本の型を学び、突き、打ち、蹴りなど全身を使って動き、心技体を学びましょう。

日時 7月28日(土)～31日(火)の4日間、午前9時～10時

②夏休み短期体操教室

マット、とび箱、鉄棒をたくさん練習します。4日間で体操が上手に!

日時 7月28日(土)～31日(火)の4日間、午前10時～11時

①②共通対象 小学1～3年生

定員 20人※申込み多数の場合は抽選。

参加費 1,200円(①②両方参加の場合、2,100円)

申込み 7月18日(水)までに電話、ホームページまたは直接窓口でお申し込みください。

問合せ 福生地域体育館 ☎530・8811

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