

# 岡谷市バレーボール のまちづくり事業

**日時** 7月25日(金)～28日(月)

**会場** 岡谷市民総合体育館・スワンドーム

☆一般市民公開（無料）ですので、ぜひご覧ください!!



**サントリー・サンバーズ  
岡谷合宿**

Vリーグ4年連続チャンピオン

**公開  
練習試合**

Vリーグ4連覇

**サントリー・サンバーズ**

VS

高校No.1

**岡工バレー部**

**日時** 7月27日(日) 午後3時～

**会場** 岡谷市民総合体育館

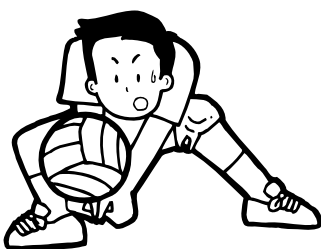
ご自由に観覧ください！（入場無料）



**暑さに負けず**

**いい汗流そう**

教室のようすは観覧  
できます【入場無料】



市内小中学生が参加し、トップレベルの選手たちから直接指導を受けます！

**会場** 岡谷市民総合体育館

午後5時～ 開講式

**日時** 7月27日(日)

**サントリー・サンバーズ  
バレーボール教室**

◆お問い合わせは…  
スポーツ振興課  
☎ 22-8800  
FAX 22-8808

# スポーツ フラッシュ



**6/22**

## ペプシカップ第23回全国小学生バレーボール大会

南信地区予選を勝ち抜いた26チームが県大会出場を目指して熱戦が繰り広げられました。



**7/6**

## 中体連南信地区大会

曇り空の下、県大会出場を目指して力泳しました。

### 専門トレーナーによるトレーニング指導

あなたのトレーニング、効果的ですか？

毎週開催!

会場…市民総合体育館トレーニングルーム

実施時間	7月	8月
昼の部 9:00~	19日/26日	2日/30日
夜の部 18:00~	29日	5日/26日

※オリエンテーションを受けてください。  
(午前の部9:30~、夜の部18:30~)

### 無料! 健康スポーツドック

この機会に自分の体、体力をしっかりチェックしてみましよう。

会場…やまびこスケートの森トレーニングセンター

実施時間	7月	8月
昼の部 14:00~	24日	開催しません
夜の部 18:30~	17日/31日	

※期間中、やまびこスケートの森トレーニングセンターを1回600円でご利用いただけます。

### 体育施設の夏休み・お盆の営業時間

夏休み・お盆期間中の営業時間が変更となります。

#### 市民プール

7月31日(木)、8月7日(木)、14日(木)  
午前9時~午後4時まで

\*8月10日(日)は、市民水泳大会のため、大会終了時まで屋外プールは利用できません。

#### 市民総合体育館・市営庭球場・市民プール

8月13日(水)~16日(土)  
午前9時~午後4時まで  
(市民総合体育館 14日(木) 休館日)

### スポーツ教室

#### 募集お知らせ

#### 小中学生ソフトテニス教室(定員40名)

◆日時 8月4日(月)~8日(金)  
午前9時~午後1時(全5回)  
《予備日8月11日・12日》

◆場所 市営庭球場

◆対象 市内在住の小学4年  
~6年生と中学生

◆申込み 7月30日(水)まで



### 7月 ファミリースポーツデー

#### 岡谷市民総合体育館

#### 市民無料開放

日時: 7月20日(日)

午前9時~午後4時

※体育指導委員(3名)がいますので、お気軽に声をかけてください。

※屋内水泳プール(有料)は午前9時~午後4時となります。

### 8月 ファミリースケートデー

#### やまびこアイスアリーナ

#### 市民無料開放

日時: 8月9日(土)

正午~午後5時

※スケート指導員によるワンポイントレッスンは無料で受けられます。

