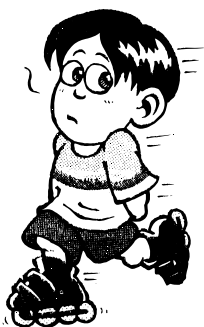


市民ローラースケート大会 参加者募集



- 日時** 6月27日(日) 開会式 午前9時
★雨天順延7月4日(日)
- 会場** 岡谷市鳥居平やまびこ公園ローラースケート場
- 資格** 市内在住、在勤の人
- 競技種目** 小学生(男・女) 1・2年 200m・300m
小学生(男・女) 3年以上 300m・500m
中学生(男・女) 300m・1000m
一般(高校生以上)(男・女) 300m・1000m

申込方法 出場希望者は、所定の申込用紙にご記入のうえスポーツ振興課へ
6月13日(日)までに、お申し込みください。

※平成16年度岡谷市教育委員会主催ローラースケート教室受講者は、自動的に
大会出場となりますので申し込みは不要です。



スポーツ少年団 総合開会式(4/18)

五月晴れ!
スポーツで
体を動かそう!!

スポーツサークル紹介

きらり☆スポーツライフ No.2

バドミントンが大好きな女性の集まりです。年齢層は30代・40代・50代とさまざまですが、コートの中では全員20代(?)です。
家庭では良き母、良き妻であり、仕事も一生懸命!そしてバドミントンをやることで、1週間のストレスをすべて発散しています。
2人の素敵なコーチのもとで、南信大会・県大会を目標にがんばっています。もちろん試合の後は美味しいお酒を飲んで、親睦を深めています。
南信地区でも数少ない女性だけのグループです。
バドミントン大好きな人、一緒にいい汗かきませんか?
お酒とバドミントンの大好きな人、集まれ!!

『OMB』

(岡谷ママさんバドミントン)

バドミントン



代表/田中陽子さん
(☎22-9098)

活動/市民総合体育館
毎週土曜日 午前9時~正午



◇このコーナーへの掲載希望の方は、スポーツ振興課までご連絡ください!

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

スポーツ教室 募集のおしらせ

柔道教室 (定員40名)

◆日時 6月9日～7月12日

毎週月・水曜日(全10回)

午後7時～9時

◆場所 市民総合体育館柔道場

◆対象 市内在住・在勤の方

◆申込 6月2日(水)まで

マレットゴルフ教室 (定員25名)

◆日時 6月15日～7月9日

毎週火・金曜日(全8回)

午前9時30分～正午

◆場所 湖畔公園マレットゴルフ場

◆対象 市民総合体育館第1会議室

◆申込 6月11日(金)まで

◆スケート教室 (定員40名)

◆陸上トレーニングから

◆水上トレーニング

◆陸上トレーニング(全15回)

◆日時 6月～10月 毎週1回

午後6時30分～8時

◆場所 やまびこ国際スケートセンター

◆内容 動き作り・持久力向上の

◆水上トレーニング(全30回)

◆日時 10月～平成17年2月

午後6時30分～8時

◆場所 やまびこ国際スケートセンター、アイスアリーナ

◆対象 市内在住の小中学生



◆申込 5月22日(土)

午前9時～

※クラス分けをしますので、初心者から上級者まで安心して申し込めます。

☆申込み、平成16年度スポーツ教室年間予定等については、スポーツ振興課まで問い合わせください。

6月ファミリースポーツデー

市民総合体育館

市民無料開放

期 日：6月19日(土)

時間：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、庭球場は有料となります。(午前9時～午後4時)

市民プールからの おしらせ

5月1日(土)より、屋内プールの幼児プール・スライダープールを開場しています。ぜひ、ご家族で利用ください!

◆営業時間

▽6月14日まで：午後1時～8時30分

▽6月15日～9月15日まで：午前9時～午後8時30分

6月6日(日)は、市民室内水泳選手権大会のため、大会終了後の一般開放となります。また、前日5日(土)は大会準備のため営業時間が午後6時までとなります。

体育施設予約の 調整会議について

6月の学校体育施設の予約調整会議を開催しますので、時間厳守でお集まりください!

◆学校体育施設

6月分 5月23日(日)

7月分 6月19日(土)

◆時間：中学校 午前10時～

小学校 午後1時～

◆場所：市民総合体育館 第一会議室

毎週土曜日開催!

無料!健康スポーツドック

～あなたの体、チェックしてみませんか～

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	6月	7月
午後の部 午後2時～	5日/19日	3日/17日/31日
夜間の部 午後6時～	12日/26日	10日/24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。

個別相談日を新設!アナタだけのメニューを作ろう!!

市民総合体育館トレーニングルーム

専門トレーナーによるトレーニング指導

会場…市民総合体育館トレーニングルーム

実施時間	5月	6月
第1・第3・第5 火曜日 午後6時～	18日	15日/29日
第2・第4 土曜日 午前9時～	22日	12日/26日

〈個別相談日の内容〉毎月第3火曜日・第2土曜日実施
5/18 減量・ダイエット相談 6/12 障害・リハビリ相談
6/15 健康相談

○申し込みは、前日までにスポーツ振興課まで。