

# イベント

2019年度

1年間

できることから  
はじめよう!

## 春 千本桜まつり



4月

## 春のウォーキング



4月



## 卓球大会



6月

## ゴルフ大会



7月

## 熱中症予防講習会



7月



## ふれあいフェスタ2019



10月

## スポーツ・レクリエーション祭



10月

## 新体カテスト会



10月

## 秋のウォーキング



11月

## ゴルフ大会



11月

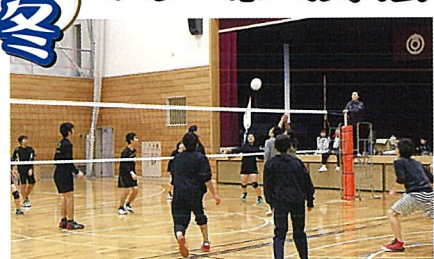
## ソフトバレーボール大会



11月



## バレーボール大会



12月

## わのうち新春マラソン大会



1月

## スキー・スノボに行こう



1月

※イベントは募集チラシ・各開催要項をご覧ください。天候または会場の都合により、会場及び開催日を変更する場合があります。

2019年度

# 定期教室 1年間の教室

## 暮らしの中にスポーツを

### バドミントン教室



基本動作の習得と基礎体力アップの初心者向けの教室。シャトルを打ち、コート内を動き回り汗をかきましょう。

**活動日** 毎月第2・第4金曜日  
19:30~21:30

**会場** 大藪小体育館 **対象** 小学生以上

**参加費** 3,000円/半期

### 健康ストレッチ体操教室



やさしいストレッチ体操で、日頃使わない筋肉をストレッチし、脳の活性化・心の癒しをしながら、ワイワイ楽しく健康保持に努めましょう。

**活動日** 毎月第1・第3火曜日  
10:00~12:00

**会場** 町民センター大会議室

**講師** 畑尾道子 **参加費** 3,000円/半期

**対象** どなたでも +講師交通費

### 硬式テニス教室



テニスを始めたい方、やってみたい方に参加していただき、テニスの楽しさを知ってほしいです。

**活動日** 4月9日から 毎週火曜日 10週  
19:30~21:30

**会場** 輪之内テニスコート

**持ち物** テニスシューズ・タオル・飲物

**参加費** 無料

**対象** 18才以上の初心者

### 卓球教室

生涯スポーツとして誰もが楽しめる卓球を、ラリーを連続して楽しみましょう。



**活動日** 毎月第2・第4金曜日  
19:30~21:30

**会場** 大藪小体育館

**参加費** 2,000円/半期、  
または1000円/回

**対象** 小学生以上

### スポーツウェルネス 吹矢教室



古武道の要素を取り入れた競技で、胸式と腹式呼吸法の両方を使用し、集中力アップ・ストレス解消が出来ます。

**一般会員**

**活動日** 第2・第4水曜日 19:00~21:00

**会場** 町民センター大会議室

**講師** 水谷茂樹

**参加費** 3,000円/半期

**対象** どなたでも

新設

### サッカー大好きサークル

サッカーを通して生涯、スポーツに親しみ、体を動かすことが好きになってもらいたいです。

**活動日** 毎月第4土曜日 13:30~15:00  
前期・後期それぞれ5回開催

**会場** 大藪小体育館

**講師** 中原克彦、岐阜聖徳学園体育学部の学生、  
岐阜県サッカー協会技術部のインストラクター

**参加費** 前期・後期それぞれ一人2000円

**対象** 4才~小学校3年生以下

### ルディックウォーキング教室



全身およそ90%の筋肉を動かす全身運動で姿勢がよくなり、血行が改善され、肩こり等が軽減、2本のポールを使用するため、足首・膝・腰への負担が軽減され、転ばずにバランス改善される。

**活動日** 毎月第2・第4  
土曜日 7:00~

**参加費** 3,000円/半期

**会場** 本戸地区  
大将池周辺

**対象** どなたでも

**講師** 菱田健一郎

## クラブ・サークル

### 還暦野球アポロンクラブ

現役を終えて折り返し地点に立たれた今、もう一度青春時代に見た夢を叶えてみませんか。58歳以上の志の高いスポーツマンたちの軟式野球チームです。

**活動日** 毎月3回

**会場** アポロンスタジアム・  
中学校校庭 他

**担当** 伊藤光雄

**参加費** 未定(実費徴収)

**対象** 58歳以上の方



### ソフトバレーボールサークル



**活動日** 毎月第2・第4水曜日 20:00~21:00

**会場** 輪之内体育センター

**参加費** 無料 **担当** 吉田知恵子

**対象** どなたでも

柔らかいボールなので痛くなく、遊び心で誰でもプレーできます。一緒に爽やかな汗をかきましょう。