

スポーツ

平成27年度第3期（12月～3月）指定管理者主催 スポーツ教室参加者募集

申し込み方法

往復はがきの往信裏面に①氏名（フリガナ）、申込者が未成年の場合、保護者の氏名も②生年月日、年齢、学年③性別④住所⑤電話番号⑥希望教室名、曜日⑦前回受講していた教室名、曜日を記入。返信表面に住所、氏名を記入し、市民体育館へ郵送。

◆**申込期限** ▶11月24日(火) (必着)

◆**申込み先** 市民体育館（〒411-0033文教町2-10-57）

- 平成28年3月まで文教テニスコート改修工事のため、テニス教室（一部の教室除く）は休止。
 - 申し込みは一つの教室につき1通。キャンセル時は要連絡。
 - 応募多数時は抽選、定員に満たない時は、中止となる場合有り。結果は全員に返信はがきで連絡。
 - 日程は12月7日(月)～3月18日(金)。各教室で開催回数は異なります。
 - 詳細は、市民体育館、そのほかの公共施設に備え付けのチラシをご覧ください。
 - 参加料：一括…初回に支払い。一回毎…毎回受け付けで支払い。
 - 健康状態に不安がある人は、あらかじめ医師の許可を得てください。
- 問合せ** 市民体育館（☎987-7570）
指定管理者ホームページ（<http://www.sports-info.jp/>）

- *1…硬式テニス初級・中級▶試合を経験している人、または試合を行える人。会場は錦田テニスコート。
- *2…初回と最終回は、午後3時30分～5時開催。協力：特定非営利活動法人FINE
- *3…お子さんが、室内で遊んでいる間にお母さんが運動する教室です。
- *4…経験者とは、幼児体操①を1期間受講した人となります。
- *5…キッズベースボール教室は、錦田グラウンドで行います。

	教室名	曜日	時間	回数	定員	対象	参加料	
市民体育館・錦田テニスコート・錦田グラウンド	シニア体操	火	11:00～12:00	12	30人	60歳以上	¥5,860	
	卓球（初級）	火	9:20～10:50	12	30人	一般	¥7,710	
	卓球（中級）	木	9:20～10:50	12	30人	一般	¥7,710	
	卓球（上級）	木	11:00～12:30	12	20人	一般	¥7,710	
	レディースバレー（初級）	月	9:20～10:50	10	30人	一般女性	¥6,480	
	レディースバレー（中級）	月	11:00～12:30	10	30人	一般女性	¥6,480	
	レディースバドミントン（初級）	木	9:20～10:50	12	30人	一般女性	¥7,710	
	レディースバドミントン（中級）	木	11:00～12:30	12	30人	一般女性	¥7,710	
	一般バドミントン	水	19:15～20:45	12	30人	一般	¥7,710	
	硬式テニス（初級・中級）*1	月	19:00～20:30	8	20人	中学生～一般経験者	¥8,020	
	健康エクササイズ*2	木	15:00～16:00	12	30人	40歳以上	¥6,480	
	社交ダンス（初級・中級）	水	13:00～15:00	12	30人	20歳以上	¥7,710	
	美ママエクササイズ*3	木	13:30～14:30	12	20人	5カ月～3歳の子どもと母親	¥6,170	
市民体育館	子ども	キッズチアダンス	金	16:15～17:30	12	25人	4歳以上の未就学児（女子）	¥6,480
		ジュニアチアダンス	金	17:45～19:00	12	30人	小学生（女子）	¥6,480
		ワンパク体操	水	14:45～16:00	12	30人	4歳以上の未就学児	¥6,480
		ジュニアバレーボール	水	16:15～17:30	12	30人	小学3～6年生	¥6,480
		ジュニア卓球	月	17:45～19:00	10	30人	小学生	¥5,450
		ジュニアバドミントン	水	17:45～19:00	12	30人	小学3～6年生	¥6,480
		幼児体操①	月	14:45～16:00	10	各 50人	4歳以上の未就学児	¥5,450
			火	14:30～15:30	12			¥6,170
		幼児体操②*4	火	15:40～16:40	12	30人	年中・年長の経験者	¥6,170
		児童体操	月	16:15～17:30	10	50人	小・中学生	¥5,450
			火	16:50～17:50	12			¥6,170
		ベビー体操	月	13:30～14:30	10	各 20組 40人	生後2カ月～ハイハイの子どもと親	¥5,140
		親子健康体操	金	13:30～14:30	12		1歳6カ月～3歳の子どもと親	¥6,170
	ヒップホップ①	月	16:15～17:15	10	30人	4歳以上の未就学児	¥5,140	
	ヒップホップ②	月	17:30～18:45	10	30人	小学生	¥5,450	
	中学生卓球	月	19:15～20:30	10	20人	中学生	¥5,450	
	キッズベースボール*5	木	16:30～17:45	10	30人	小学3～6年生	¥5,450	
硬式キッズテニス（基礎クラス）*6	月	17:00～18:00	8	20人	小学生（初級～中級）	¥5,140		
硬式キッズテニス（上達クラス）*6	金	17:00～18:00	10	20人	小学生（中級～上級）※経験者のみ	¥6,480		
南二日町人工芝グラウンド	キッズクラス	水	15:45～16:35	10	30人	年中・年長	¥14,190	
		金						
	チャイルドクラス	火	16:00～17:00		30人	小学1・2年生		
		水						
J1クラス	金	16:10～17:10	30人	小学3・4年生				
	火							
J2クラス	水	17:00～18:00	30人	小学5・6年生				
	金							
市民体育館	スポーツ教室	さわやかトリム（A）	水	9:00～10:30	12	50人	40～64歳	¥2,050
		さわやかトリム（B）	水	10:30～12:00	12	50人	65歳以上	¥2,050
		健康増進	木	19:15～20:45	12	40人	一般	¥3,290
	自由教室*8	剣道※経験者のみ	木	19:00～20:45	12	40人	小学生～高校生	¥2,050
		一般					一般	¥3,290
自由教室*8	各 先着 40人	はじめてエアロ	月	10:30～11:15	-	-	-	-
		日	10:00～10:45					
		月	11:30～12:15					
		水	19:10～19:55					
		水	20:05～20:50					
ランランエアロ	日	11:00～11:45						
ビューティー・バレエEX	月	9:30～10:15					1回毎 ¥510	

	教室名	曜日	時間	回数	定員	対象	参加料
市民体育館 自由教室*8	アロマヨガストレッチ	月	19:10~19:55	-	各先着40人	一般	1回毎 ¥510
	ヨガ	月	20:05~20:50				1回毎 ¥610
	ピラティス・ストレッチ	月 金	14:45~15:45	-	各先着20人 先着30人	一般女性	1回毎 ¥510
	女性のためのトータルEX	木	9:30~10:30				1回毎 ¥510
	ベリーエクササイズ	木	10:45~11:30				1回毎 ¥510
	スポーツタイム*9	金	19:15~20:45				1回毎 ¥500

*6…キッズテニスは基礎・上達クラスとも錦田テニスコートで行います。
 *7…エスパルスサッカースクールコーチによる指導。
 *8…自由教室は、当日参加のみの受け付けで、はがきでの申し込みは不要。
 *9…開催当日に集まった仲間で、スポーツを行う教室。種目は毎週変更。

市民体育館

11月の休館日 16日(月)

●トレーニングルーム利用者講習会

▶午前10時から…4日(水)、11日(水)、25日(水)▶午後3時から…7日(土)、14日(土)▶午後7時から…8日(日)、12日(日)、15日(日)、19日(日)、22日(日)

料金 大人100円、高校生50円※午後7時からの場合は大人200円、高校生100円

※中学生以下の人は利用不可。当日受け付け、予約不要

●グラウンド抽選会(1月分) 11月30日(月)

▶南二日町多目的グラウンド…午前9時▶北上グラウンド…午前9時30分▶長伏A(日中)、長伏B、長伏C、錦田グラウンド(日中)…午後6時30分▶グラウンドナイター…午後7時▶南二日町人工芝グラウンド…午後7時30分

問合せ 市民体育館(☎987-7570)

第9回伊豆マラソン大会ボランティア募集

とき 平成28年2月14日(日)

内容 走路員、給水係、受付係など

申込み 11月13日(金)までに、FAXまたはメールで市役所または市民体育館に備え付けの申込用紙(市ホームページまたは大会ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、伊豆マラソン大会事務局(FAX980-0966、☎info@izu-marathon.com)へ。

問合せ 伊豆マラソン大会事務局(☎980-0843)、スポーツ推進課(☎987-7571)

栄養と健康に関するセミナー開催

とき 11月23日(月・祝)受け付け午前9時、開始午前10時~11時30分

ところ 市民体育館2階大会議室

内容 講義と簡単なエクササイズなど

二次元コード記載記事は、電子申請可。市ホームページから「電子申請」と検索してください。

対象・定員 市内在住、在勤、在学の人・30人※応募

多数時抽選、落選の人にのみ電話連絡

参加費 800円※当日支払い

講師 管理栄養士、健康運動指導士(シンコースポーツ株式会社)

持ち物 室内シューズ、飲み物、運動のできる服装

申込み・問合せ 11月18日(水)までに、直接または電話で市民体育館に備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、市民体育館(☎987-7570)へ。

三島成人式記念駅伝大会

●参加チーム募集

とき 平成28年1月10日(日)

コース 市民体育館南側→加茂→富士見台



→徳倉→佐野→市民体育館(5区間、21.0km)

対象 選手(補欠を含む)1人以上が市内在住、通勤通学する中学生以上の健康な人

チーム 中学生の部、一般・高校の部、シニアの部(満60歳以上)、女子の部※選手構成…5人+補欠3人、各部門2チームまで

募集チーム数 79チーム(応募多数時は部門ごと抽選)

参加費 中学生の部:2,000円、そのほかの部:5,000円

申込み 11月20日(金)午後5時までに直接、郵送、FAXまたはメールで市民体育館に備え付けの申込用紙(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、スポーツ推進課(〒411-0033文教町2-10-57、FAX987-8550、☎sport@city.mishima.shizuoka.jp)へ。

●運営ボランティア募集

とき 平成28年1月10日(日)午前7時~午後0時30分

内容 走路員、受付係など

申込み 12月1日(火)までに、FAXまたは電子メールで住所、氏名、年齢、連絡先を明記し、スポーツ推進課(FAX987-8550、☎sport@city.mishima.shizuoka.jp)へ。

問合せ スポーツ推進課(☎987-7571)