

スポーツ

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は、保護者の氏名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。返信表面に自分の住所、氏名を記入し、市民温水プールへ郵送。

◆**申込期限** 12月6日(火)【必着】

◆**申込先** 市民温水プール(〒411-0033 文教町2-10-57)

●応募多数時抽選。結果は返信はがきで連絡。

●申込者が定員より大幅に少ない場合、教室開催の中止有り。

●申し込みは各教室につき1通。

●申し込み後のキャンセルは要連絡。

●日程は、平成29年1月4日(水)～3月31日(金)。各教室で開催回数は異なります。

●参加料金は施設利用料を含んだ金額。(参加料金の一括払いは、初回に支払い)

●キッズクラスはアームヘルパーが必要です。※受付で購入可。

●健康状態に不安がある人は、事前に医師の許可を受けてください。

●詳細は、市民体育館、市民温水プール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。

問合せ 市民温水プール(☎980-5757)、指定管理者ホームページ(<http://www.sports-info.jp/>)

平成28年度第3期(1～3月) 市民温水プール教室参加者募集

	教室名	曜日	時間	回数	定員	対象*1	参加料
大人	レディーススイミング	火	10:30～11:20	10	30人	一般女性 初心者～中級者	1回 820円
		金	12:30～13:20		50人		
	レディーススイムマスター	水	12:30～13:20	50人	一般女性・中級者・上級者		
	シニアクロール*2	木	10:30～11:20	30人	60歳以上 初心者～初級者		
	スイムレッスン	水	19:20～20:10	30人	一般 初心者～中級者		
	スイムレッスン・マスター	土	12:30～13:20	50人	一般 初心者～上級者		
	スイムマスター	木	19:20～20:10	30人	一般 中級者・上級者		
シニア平泳ぎ*3	月	9:30～10:20	9	30人	60歳以上 初心者～初級者	7,380円	
キッズクラス	月	15:00～15:50	9	40人	4歳以上の未就学児		
	月	16:00～16:50		30人			
	火・水・金	15:00～15:50	10	各40人			
	木	15:00～15:50		30人		8,200円	
子ども	キッズスイム*4	月	16:00～16:50	9	各 10人	5・6歳未就学児	7,380円
		火	16:00～16:50				
	ジュニアスイムⅠ	月	17:00～17:50	9	各 55人	小学生低・中学年向き 初心者～中級者	7,380円
		火	17:00～17:50				
	ジュニアスイムⅡ	水～金	16:00～16:50	10	各 55人	小学生低・中学年 初心者 小学生中・高学年向き 初級者～上級者	8,200円
		水・木	17:00～17:50				
		金	17:00～17:50				
		土	16:30～17:20				
	ジュニアスイムマスター	土	16:30～17:20	55人	小学生高学年・中学生、 上級者		
	大人	膝・腰痛改善教室*5	月	11:30～12:20	8	各	60歳以上
木			9:30～10:20	9	15人	60歳以上	5,760円
水中ウォーキング*5		金	11:30～12:20	10	40人	一般	6,400円
水中運動自由教室*7	TRYピクス	火	12:30～13:20	11	各	一般	1回 820円
		金	9:30～10:20				
	リズムファン	金	12:30～13:20	13	各	一般	1回 820円
		水	10:30～11:20				
	かんたんアクア	水	10:30～11:20	13	先着 40人	一般	1回 820円
	アクアマスター	火	11:30～12:20	11	各	一般	
	水中ウォーキング30	木	11:40～12:30	13			
	アクアピクス30	月	10:00～10:30	10	各	一般	1回 510円
	いきいき運動教室30	月	10:40～11:10	10			
	バラエティアクア30	火	9:30～10:00	11	先着 40人	一般	
水		9:30～10:00	13				
月		19:00～19:30	8				
バラエティアクア30	水	11:30～12:00	13	13			
	金	19:00～19:30	13				

【各水泳教室の対象者の目安】

- ▶初心者…水に対して恐怖心がある、水泳をこれから始める
- ▶初級者…クロール25m泳げない
- ▶中級者…クロール25m泳げる
- ▶上級者…クロール・背泳ぎ・平泳ぎが25m泳げる

【各水泳教室の対象者の目安】

- *1…一般は18歳以上の人。*2…クロール25m完泳を目指すクラス。*3…平泳ぎ25m完泳を目指すクラス。*4…水に慣れ、1人で浮けるようになったお子さんが、バタ足やクロールの習得を目標とするクラス。アームヘルパー不要。クラス分けの際、同時刻開催のキッズクラスへ移動になる可能性有り。*5…膝・腰痛改善教室と水中ウォーキングは、要事前申し込み(はがき)。*6…火曜日は、市民温水プール2階ラウンジで開催。*7…当日参加のみの受け付け。

めざせ優勝！

第17回静岡県市町対抗駅伝 三島市選手団22人紹介

●第17回静岡県市町対抗駅伝競走大会

とき 12月3日(土)午前10時スタート

県庁前をスタートし、ゴールの草薙陸上競技場を目指し、全11区間42.195kmをたすきでつなぎます。

●三島市代表チーム

監督 足立公生(日本大学講師)

コーチ 青島睦(旭化成ファーマ)

小学生 齋藤瑠巳(東小6年)、杉山恭平(中郷小6年)、武田亜子(南小5年)、齋藤香乃(東小5年)

中学生 松尾康平(北中3年)、松尾佳星(北中3年)、森彩加音(北中3年)、周東里奈(北中3年)、増田彩華(南中1年)

高校生 小木曾竜盛(葦山高1年)、河田太一平(葦山高1年)、梨田和希(三島北高2年)、小林翔大(裾野高3年)、尾嶋志穂(葦山高1年)

一般 板垣辰矢(シンコースポーツ)、山本祥平(裾野市役所)、西村早織(日本大学)、木村仁美(日本大学)
40歳以上 江島洋之(三島信用金庫)、立見哲也(メトロ)
問合せ NPO法人三島市体育協会(☎981-0200)、スポーツ推進課(☎987-7571)



▲選手たちが力走します。応援をおねがいします。

三島がホームタウンの強豪チーム

東レアローズを応援しよう！

●東レアローズホームゲーム

とき	ところ	対戦相手	料金
11月27日(日) 午後1時	市民 体育館	豊田合成(第1試合)	1,000～ 5,000円
平成29年1月21日 日(午後2時)		FC東京(第1試合)	2,000～ 8,000円
平成29年1月22日 日(午後3時ごろ)		パナソニック(第2試合) ※第1試合は午後1時から	

申込み 県バレーボール協会(☎989-7510)※月曜・火曜・木曜・金曜日：午前10時～午後3時

※詳細は県バレーボール協会ホームページ

問合せ 県バレーボール協会、スポーツ推進課(☎987-7571)



▲熱戦をお見逃しなく！

友達や職場仲間、夫婦で力を合わせて賞品ゲット

脂肪燃えるんピック参加者募集

期間 申し込み後から平成29年2月28日(火)まで

内容 日々の生活にちょっとした目標を立て、友達や職場の仲間、夫婦で力を合わせて賞品をゲットしませんか。賞品と順位は、チームの減った脂肪量の合計で決定します。※詳細はチラシまたは市ホームページ

賞品 ①チームの部1位：減った脂肪量相当のブランド牛赤身(上限10kg) ②夫婦の部1位：ひとり1万円相当のペアディナー招待※目標達成賞：抽選で賞品

対象 市内在住、在勤、在学の18歳以上の人

部門 ①チームの部(1チーム3人) ②夫婦の部

※妊婦、ペースメーカー装着の人を除く

申込み 11月30日(水)までに、みしま健幸塾(中央町1-40)で同意書、宣言書に自己目標を記入し、体組成計測定をして申し込み

問合せ みしま健幸塾(☎955-9651)、健康づくり課(☎973-3700)