

各種大会予定

- 町民ソフトテニス大会(中学生の部)
5月1日(日) 町テニスコート・町内中学校
- 第49回ママさんバレーボール大会
5月8日(日) 体育センター
- 第27回町民グラウンドゴルフ大会
5月11日(水) 富士山公園
- 第16回上三川町長杯パークゴルフ大会
5月11日(水) 田川ふれあい公園
- 野球連盟第2回大会
5月15・22日(日) 夢沿緑地公園
- 町民ソフトテニス大会(一般の部)
5月22日(日) 町テニスコート
- 第2回ペタンク大会
5月26日(木) ふれあいの家ひまわり

※各種大会等は、状況により中止、延期となる場合があります。

各種大会結果

近隣ソフトテニス交流大会

3月20日

富士山公園テニスコート

○一般の部

優勝 直井・高根沢ペア
準優勝 福山・横松ペア

○シニアの部

優勝 酒井・内山ペア
準優勝 奈良田・坂本ペア

上三川町総合型地域スポーツクラブ 令和4年度 かみスポクラブ 会員募集

かみスポクラブでは、多くの皆様方の入会をお待ちしております。
所定の申込用紙に必要事項を記入の上、下記の会費を添えて事務局
または各教室の担当者にお申し込みください。

個人会員…2,000円 ファミリー会員…5,000円
(10月～半額)

かみスポクラブ

上三川町上三川4270
(上三川町体育センター内)

☎(57)2400

FAX(57)2402

Eメール kamisupo@gmail.com

【かみスポ 検索】

◆令和4年度実施予定の教室等

事業名	開催日程	開催時間	会場	参加料
1 バドミントンを 楽しむ会	毎週 月曜日	午後7時30分 ～9時30分	本郷北小学校 体育館	会員 大人 200円 中学生 100円 小学生 50円
				非会員 大人 300円 中学生 200円 小学生 100円
2 ニュースポーツを 楽しむ会	毎週 水曜日	午後7時 ～9時	体育センター アリーナ	会員 大人 100円 こども 50円
				非会員 大人 300円 こども 200円
3 ラージ卓球 & 軽スポーツを 楽しむ会	毎週 水・金曜日	午前10時 ～正午	体育センター アリーナ	会員 中学生以上 100円 小学生 50円
				非会員 中学生以上 300円 小学生 200円
4 ヨガ教室	毎週 火曜日	午後7時15分 ～8時30分	体育センター 2階	会員 大人 500円
				非会員 大人 700円
5 一般サタディ テニススクール	1・3・5土曜日	午前9時 ～正午	体育センター テニスコート	会員 大人 500円
				非会員 大人 700円
6 ラージボール 卓球サークル	毎週 火曜日	午後7時 ～9時	体育センター アリーナ	会員 中学生以上 100円 小学生 50円
				非会員 中学生以上 300円 小学生 200円
7 ジョギング教室	10月1日～12月3日 毎週土曜日	午前10時 ～11時30分	夢沿緑地公園	こども 保護者 1人あたり 2,500円 無料

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、施設の臨時休館又は、イベントを中止することがありますのでご理解願います。

上三川町体育センターからのお知らせ

リズム体操

脳の活性化に、2つの動きを同時に行うなど音楽に合わせて簡単な体操が楽しめます。

- ▼日程＝4月5日(火)～6月14日(火) 火曜日(全10回)
- ▼時間＝午前10時～10時40分(40分間)
- ▼講師＝^{あらせき}荒瀬インストラクター
- ▼対象＝一般 ▼定員＝20名
- ▼参加費＝5,000円(10回)



ボディコンディショニング

音楽に合わせた有酸素運動・脂肪燃焼系エアロです。効果的に楽しくステップアップできます。

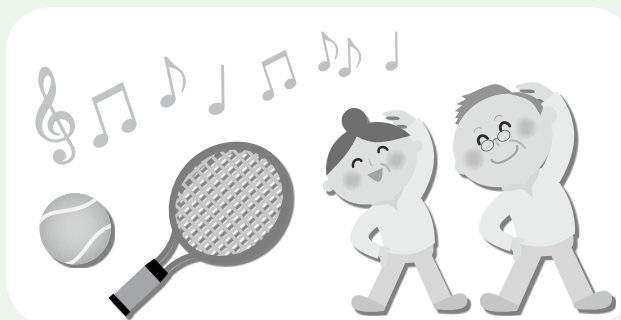
- ▼日程＝4月5日(火)～6月14日(火) 火曜日(全10回)
- ▼時間＝午前11時～11時40分(40分間)
- ▼講師＝^{さいとう}齋藤インストラクター
- ▼対象＝一般 ▼定員＝20名
- ▼参加費＝5,000円(10回)



初級エアロ

シンプルな動きを組合せ、陽気な音楽に合わせて楽しく心肺機能向上脂肪燃焼を行います。

- ▼日程＝4月6日(水)～6月15日(水) 水曜日(全10回)
- ▼時間＝午後7時～7時40分(40分間)
- ▼講師＝^{ふなもと}舟本インストラクター
- ▼対象＝一般 ▼定員＝20名
- ▼参加費＝5,000円(10回)



気楽な運動

ストレッチの動きを取り入れた運動教室です。初心者の方でも気軽に参加できます。

- ▼日程＝4月7日(木)～6月16日(木) 木曜日(全10回)
- ▼時間＝午前10時～10時40分(40分間)
- ▼講師＝舟本インストラクター
- ▼対象＝一般 ▼定員＝20名
- ▼参加費＝5,000円(10回)



初めてのブレイキン

音楽に乗せ身体のあらゆるところを使ったアクロバティックな動きが特徴のダンスです。

- ▼日程＝4月7日(木)～6月16日(木) 木曜日(全10回)
- ▼時間＝午後7時～7時40分(40分間)
- ▼講師＝B-BOY G3DOIT
- ▼対象＝小学生 ▼定員＝13名
- ▼参加費＝10,000円(10回)



硬式テニススクール

ラケットの握り方からレクチャー、初心者の方でも参加のしやすい少人数制です。

- ▼日程＝4月8日(金)～6月17日(金) 金曜日(全9回)
- ▼時間＝午前10時～11時30分(90分間)
- ▼講師＝^{あおやぎ}青柳コーチ(ロイヤルテニスクラブ)
- ▼対象＝一般 ▼定員＝10名
- ▼参加費＝10,800円(9回)



ズンバ

ラテンミュージックを中心に、様々な音楽に合わせてエクササイズするダンスフィットネスです。

- ▼日程＝4月1日(金)～6月24日(金) 金曜日(全10回)
- ▼時間＝午後1時～1時40分(40分間)
- ▼講師＝荒瀬インストラクター
- ▼対象＝一般 ▼定員＝20名
- ▼参加費＝5,000円(10回)



【共通事項】

- ▼申込方法＝
体育センター窓口でお申し込みください。
各教室定員数または終了月まで受付可。
- ▼持ち物＝室内専用シューズ、動きやすい服装、飲み物
(・初めてのブレイキン：ニット帽をお持ちください)
(・硬式テニススクール：テニスラケットをお持ちください)
- ▼問い合わせ先＝上三川町体育センター
☎567328

体育センターカレンダー

☎567328

	日	月	火	水	木	金	土
5月	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	31				

	日	月	火	水	木	金	土
6月					1	2	3
					4	5	6
					7	8	9
					10	11	12
					13	14	15

開館時間＝午前9時～午後9時 (●印は休館日)

いちご一会とちぎ国体フェンシング競技 ボランティア・手作り応援のぼり旗 ・募集のお知らせ・



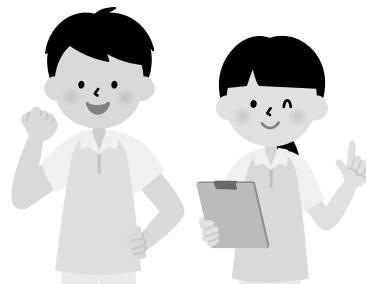
10月2日(日)から5日(水)まで、本町で「いちご一会とちぎ国体フェンシング競技」が開催されます。

町国体実行委員会では、フェンシング競技期間中における次のことについて募集を行なっています。応募方法の詳細等募集内容につきましては、町ホームページ「いちご一会とちぎ国体」の募集ページをご覧ください。

●国体ボランティア

- ▼活動内容＝受付案内、会場サービス、環境美化 等
 - ▼応募要件＝上三川町に在住または在勤・在学している方
 - ▼応募方法＝「上三川町ボランティア申込書」に必要事項を記入の上、生涯学習課へ持参・郵送・FAX・Eメール・ホームページ問い合わせフォームのいずれかの方法で応募してください。
- ※18歳未満の方は保護者の同意が必要となりますので、持参・郵送に限ります。

詳細はこちら



●国体手作り応援のぼり旗

- ▼募集内容＝手作り応援のぼり旗の製作
(町が指定する都道府県1枚、自分が応援したいと思う都道府県1枚)
※現在、岐阜県、島根県、香川県、大分県、宮崎県、佐賀県、長崎県の応援のぼり旗が不足していますので、ご協力お願いします。
- ▼応募要件＝どなたでも可
- ▼募集期限＝7月29日(金)
- ▼提出期限＝8月31日(水)
- ▼応募方法＝「上三川町国体応援のぼり旗参加申請書」に必要事項を記入の上、生涯学習課へ持参してください。

詳細はこちら



▼問い合わせ先＝生涯学習課 国体推進係 ☎(56)9174