

スポーツ祭東京2013 第68回国民体育大会・第13回全国障害者スポーツ大会

▼中央体育館事業【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511

事業名	対象	曜日	時間	期間	参加費	備考	申込み期日・方法
金曜ナイトエアロ (16回)	18歳以上※保護者同伴であれば中学生も可	金	午後7時～8時30分	12月7日～3月29日(1月4日は休み)	初回1,600円と参加毎150円	【定員】20人(抽選) 【指導】体育協会指導員	電話で12月7日(金)までに中央体育館へ。
金曜ヨガ (11回)	18歳以上		正午～午後1時	1月18日～3月29日	初回2,200円と参加毎150円	【定員】40人(抽選) 【指導】インストラクター	電子申請・往復はがきで12月13日(木)までに中央体育館へ。
ラテンエアロ (6回)			午前10時～11時	1月18日、2月1日・15日、3月1日・15日・29日	初回1,200円と参加毎150円	【定員】30人(抽選) 【指導】インストラクター	12月13日(木)までに電子申請・往復はがき・または中央体育館窓口へ。
ポクササイズ (6回)				1月11日・25日、2月8日・22日、3月8日・22日			
バランスボールエクササイズ (12回)	50歳以上		午後2時～3時30分	1月11日～3月29日	【定員】25人(抽選) 【指導】体育協会指導員		
金曜シニアエアロ (12回)		【定員】20人(抽選) 【指導】体育協会指導員					

【持ち物】運動できる服装で室内用運動靴・タオル・水分補給できる物をお持ちください(金曜ヨガは運動靴不要)。
【申込み】上記の方法で期日までに福生市北田園2-9-1中央体育館内スポーツ推進課へ。往復はがきは、教室名・氏名・生年月日・住所・電話番号、返信用宛名を記入してください。

▼熊川地域体育館事業【問合せ】熊川地域体育館 ☎ 552・1980

事業名	対象	曜日	時間	期間	定員	費用
機能改善エアロビクス (10回)	一般の方	火	午前10時～11時	1月8日～3月26日	25人	初回3,500円と参加毎150円
フラダンス (10回)	3歳児以上と親		午後2時～3時		20人	初回5,000円
親子フラダンス (10回)		一般の方	水	午後3時30分～4時30分	15組	初回7,000円
ピラティス (11回)	小学生			午前9時15分～10時15分	1月9日～3月27日	15人
初めてピラティス (11回)		午前10時30分～11時30分	20人	初回2,500円と参加毎70円		
ジュニアバスケット (11回)	一般の方	木	午後4時30分～5時30分	1月10日～3月28日	12人	初回6,000円
アロマヨガ (12回)			午後2時30分～3時30分		25人	初回2,700円と参加毎70円
キッズヒップホップ (12回)	小学生	金	午後4時30分～5時30分	1月11日～3月29日	20人	初回2,300円と参加毎70円
楽しいバスケット (12回)			午後1時～2時		1月12日～3月16日	20人
こども空手 (10回)		土	午後1時～2時	1月12日～3月16日		

【申込み】12月15日(日)までに電話、窓口、ホームページからお申し込みください。申込み多数の場合は抽選となります。※休館日、祝日は回数には含まれていません。【地域体育館共通ホームページ】 <http://www.tama-spo.com/fussa>

新春ふっさウォーキング
 今年は新しく開通した牛浜駅自由通路と、福生野球場などをめぐり、市内を散策します。
 お昼はあたたかい「すいとん」が待っていますので、皆さんマイ箸・マイお椀をご用意ください。
 【日時】1月12日(土)午前8時30分～※中央体育館裏駐輪場に集合(雨天の場合は中止)
 【コース】中央体育館↓JR牛浜駅↓福生野球場↓原ヶ谷戸どんぐり公園↓JR福生駅↓加美上水公園↓市営競技場↓田村酒造場↓

▼福生地域体育館事業
 ①冬休み短期体操教室Ⅰ
 3日間集中してマット運動とび箱、鉄棒を練習しよう！きつと上手になるよ！
 【時間】午前9時30分～10時30分
 【対象】年中、年長児
 【参加費】初回1,000円と参加毎70円
 ②冬休み短期体操教室Ⅱ
 マット、とび箱、鉄棒をたくさん練習します。
 【時間】午前11時～午後0時30分
 【対象】小学1～3年生
 【参加費】初回1,200円と参加毎70円
 ③こどもヒップホップⅠ
 【時間】午後4時20分～5時20分
 【対象】小学1～4年生
 ④こどもヒップホップⅡ
 【時間】午後5時30分～6時30分
 【対象】小学3～6年生
 【日時】1月8日～3月26日の毎週火曜日午後7時～8時
 【対象】一般の方
 【定員】40人
 【参加費】6,000円(初回に集金)
 ⑤ナイトピラティス
 【日時】1月8日～3月26日の毎週火曜日午後7時～8時
 【対象】一般の方
 【定員】40人
 【参加費】6,000円(初回に集金)
 ※保護者の方の送迎が必要です。
 ③④共通【日程】1月8日～3月26日の毎週火曜日
 【定員】20人
 ③④共通【日程】1月8日～3月26日の毎週火曜日午後7時～8時
 【対象】一般の方
 【定員】40人
 【参加費】6,000円(初回に集金)

国体NaVi 【問合せ】国体推進室 ☎ 551・1750

宇津木妙子監督がやって来る！

来年度の国体でソフトボールを行う福生市・三鷹市・あきる野市・瑞穂町の3市1町合同で、「ソフトボール子ども体験塾」を開催します。
 【日時】12月22日(土)午前9時～正午
 【場所】瑞穂町シクラメンスポーツ公園
 【対象】市内在住の児童・生徒及びその親、監督・コーチ等
 【募集期間】～12月12日(水)

このイベントには、女子ソフトボール日本代表監督としてシドニー・アテネオリンピックで指揮をとった宇津木妙子さんをはじめ、オリンピックに出場した選手を講師としてお招きし、ソフトボール教室を行います。

実技体験やトップアスリートとの交流をとおしてソフトボールの魅力を感じ、感動体験を味わってみませんか？
 体験塾に参加して、来年、福生市で開催されるソフトボール競技(成年女子)を盛り上げていきましょう！皆さんの参加を心よりお待ちしております。

なお、子ども体験塾についての詳細は、広報ふっさ11月15日号及び国体ホームページをご覧ください。

【郷土資料室わくわく土曜日 お正月飾りをつくろう】藁で縄をなって、お正月飾りを作ります。【日時】12月15日(土)午前10時～※2時間程度【場所】中央図書館2階【対象】小学生先着10人(保護者も可)【持ち物】汚れてもいい服装、足ふきタオル【申込み】12月4日(火)から郷土資料室 ☎ 530・1120へ。



宇津木妙子さん

福生野球場管理棟改良工事
 12月3日(月)～2月28日(木)までの予定で、改良工事を行います。
 期間中は、現在行っている福生野球場の使用申請の受付は、中央体育館のみ受付となります。
 また、管理棟への出入りができませんので、ご迷惑をお掛けしますが、ご理解をお願いします。
 【問合せ】福生地域体育館 ☎ 530・8811

第16回福生市民新春駅伝大会出場チーム募集！
 職場や学校などの仲間、町会・自治会でチームをつくって参加しませんか。
 【日時】1月27日(日)午前9時(集合・受付) ※予備日2月3日(日)
 【場所】多摩川中央公園
 【対象】市内在住・在勤・在学の方
 【種目】小学生男子の部、女子の部(4～6年生)、中学生男子の部、女子の部、一般男子の部、一般女子の部、町会・自治会の部(男女混合可)
 【チーム編成】各種目とも1チーム正選手4人、補欠1人、監督1人の編成。
 【コース】小学生の部(1区間・中央公園1周※1.5km)計6km、そのほかの部は(中央公園↓市営プール往復※2.5km)計10km
 【参加費】1チーム1,000円(体育協会会員からなるチーム並びに小学生は無料) ※各種目1～3位を表彰
 【主催】NPO法人福生市体育協会
 【後援】福生市・福生市教育委員会・福生市町会長協議会
 【申込み】1月12日(土)までに所定の申込み用紙を直接、福生市体育協会事務局 ☎ 551・0211(中央体育館内)へ。

福生市はソフトボール競技(成年女子)の開催地です

