

体育館中期スポーツ教室

申込み 9月5日(金)から各体育館へ(電話での申込みもできます)。参加費のあるものは、参加費を添えて、直接お申し込みください。

教室名	対象	曜日	時間	期間	回数	備考
小学生バドミントン教室(打ち方、ルール、試合等)	小学4~6年生	水	午後3時30分~4時50分	9月17日~11月19日	10	先着30人の必要。参加費500円
中学生バドミントン教室(打ち方、ルール、試合等)	中学生	水	午後5時~6時30分	9月17日~11月19日	10	先着30人の必要。参加費500円
若草健康教室(軽体操、踊り、レク・ゲーム等)	高齢者	木	午後1時30分~3時	9月18日~11月27日	11	
健康体操教室(リズム体操、ストレッチ体操等)	一般	金	午前10時~11時30分	9月19日~11月21日	10	
幼児体操教室(マット、フープ、とび箱等)	3歳児年少児	土	午前9時~9時50分	9月20日~11月22日	10	各年齢先着30人。年齢は、平成15年4月1日現在。
	4歳児年中児		午前10時~10時50分			
	5歳児年少児		午前11時~11時50分			

教室名	対象	曜日	時間	期間	回数	備考
小学生バスケットボール教室(基礎練習、ゲーム等)	小学4~6年生	水	午後3時~5時	9月17日~11月26日	11	保護者の承諾が必要。
エンジョイ軽体操教室(リズム体操、ストレッチ、ビーチボール等)	一般	木	午前10時~正午	9月18日~11月27日	11	
すこやか体操教室(軽体操、リズム体操、ミニテニス、ビーチボール等)	高齢者	金	午前10時~正午	9月19日~11月28日	11	
幼児体操教室(マット、とび箱、ボール運動等)	年中児 年長児	土	午後1時30分~2時30分	9月20日~11月29日	11	先着40人

教室名	対象	曜日	時間	期間	回数	備考
のびのび健康教室(ストレッチ、気功等)	65歳以上	火	午後2時~3時30分	9月30日~12月9日	8	先着40人
はじめてのバドミントン	初心者	水	午前10時30分~正午	10月1日~11月26日	9	先着15人 参加費1,000円
ジュニアスポーツ教室(器械体操、ボールゲーム等)	小学1~3年生	水	午後2時30分~3時30分	10月1日~11月19日	8	定員30人は申し込みがき
ジュニアバドミントン教室	小学4年生	水	午後3時45分~5時	10月1日~12月10日	11	参加費500円
はじめてのエアロピクス(初級エアロピクスダンス)	初心者	水	午後7時~8時15分	10月1日~11月19日	8	先着50人
シニア体操教室(軽体操、レク、ゲーム等)	50歳以上	木	午前10時~正午	10月2日~11月20日	8	先着50人
親子体操教室(親子ダンス、器械体操等)	親と3・4歳児	土	午前11時15分~午後0時15分	10月11日~11月29日	8	定員25組は申し込みがき

※福生地域体育館のジュニアスポーツ教室・親子体操教室の申込み
9月13日(当日消印有効)までに、往復はがきに教室名、対象者名、生年月日、住所、保護者名、返信の宛先を明記し、〒197-0013福生市武蔵野台1-8-7 福生地域体育館へ。定員を超えた場合は、責任抽選。

③ものづくり教室 「ガラス彫刻」
内容既製のガラス製品に、自らデザインした絵柄をサンドブラスト機を使って彫り込む。
費用4,000円
定員10人
期間3コースとも10月15日(水)18日(土)の全4回
時間午後5時30分~9時30分(最終日は8時30分まで)
対象18歳以上の都民の方
申込みいずれも往復はがきに講座名・住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記のうえ、9月19日(必着)までに〒197-0003福生市熊川2-15都立多摩工業高校へ。
※定員を超えた場合は責任抽選
問合せ都立多摩工業高校公開講座係 ☎551・3435

福生健康マラソン



生涯学習ガイド

スポーツ
40歳代、60歳以上(女子) 40歳代、50歳以上 午前10時30分
④10km一般男子(高校生以上) 午前11時10分
④女子健康マラソン10km (高校生以上年齢制限なし) 午前11時10分

日時11月9日(日)午前9時開会式(雨天決行)
会場福生市営競技場 ☎552・3731
◆ロードレース
①3km小学生4年以上(男女) 午前10時
②5km中学生(男・女) 午前10時30分
③5km壮年(男子)40歳代、事務局田中 ☎551・0090

各体育館、市営競技場にあり(必要事項を記入のうえ、参加料を添えて10月7日までに申込みください。問合せ福生市陸上競技協会 ☎551・0090)

熊川地域体育館 ☎552・1980
小学生スポーツデー
日時9月20日~11月29日、

毎週土曜日、全11回、午後2時45分~3時45分
内容 マット運動、とび箱、ボール運動等
対象 小学校1~3年生
定員 先着30人
参加費 無料

都立羽村高校
楽しいテニス(初心者対象)
会場 羽村高校テニスコート
期間 10月4日(土)、12日(日)、18日(土)の全3回
参加費 1,300円
募集期間 9月10日必着
ママさんバレー教室(9人制バレーボール)
会場 羽村高校体育館
期間 10月16日、23日、11月20日、27日、12月4日の木曜日、全5回

①素人のための簡単な自動車メンテナンス
費用1,800円
定員10人
②ものづくり教室 「木工ろくろ」
内容「木工ろくろ」を使い、お盆やお椀型の作品を作る。
費用4,000円
定員5人

50歳代、60歳以上(女子) 40歳代、50歳以上 午前10時30分
④10km一般男子(高校生以上) 午前11時10分
④女子健康マラソン10km (高校生以上年齢制限なし) 午前11時10分

10月13日(体育の日) 福生スポーツフェスティバル
体育の日、仲間同士で楽しく、いい汗をかいてみませんか。町会自治会、学校、職場、友達などでチームを作って気軽に参加ください。
対象 市内在住・在勤・在学の方
参加費 一人100円(保険代) ※体育協会会員並びに小・中学生は無料
団体なわとび大会
時間 午後1時30分
種目 小学生の部、中学生の部、一般の部、町会自治会の部
※各種目とも1チーム10人編成(跳ぶ人8人・回す人2人)で男女混合可。ただし、小学生の部は大人が回す。

スパーむかで大会
時間 午後2時30分
種目 小学生の部、中学生の部、一般の部、町会自治会の部
※各種目とも1チーム8人編成、男女混合可。
表彰 各種目とも一~三位、参加者全員に参加賞
主催 福生市体育協会
共催 福生市町会長協議会
後援 福生市、福生市教育委員会
申込み 9月28日午後5時までに、福生市体育協会事務局、スポーツ振興課 ☎552・5111へ。

毎週土曜日、全11回、午後2時45分~3時45分
内容 マット運動、とび箱、ボール運動等
対象 小学校1~3年生
定員 先着30人
参加費 無料

都立多摩工業高校
募集期間 9月15日必着
申込みいずれも往復はがきに講座名・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記のうえ、〒205-0001都立羽村市羽415-2-1都立羽村高校へ。
問合せ 都立羽村高校 ☎555・6631

①素人のための簡単な自動車メンテナンス
費用1,800円
定員10人
②ものづくり教室 「木工ろくろ」
内容「木工ろくろ」を使い、お盆やお椀型の作品を作る。
費用4,000円
定員5人