

浦安市総合体育館・屋内水泳プール

To Be Network 情報

平成29年10月

富士通陸上競技部 陸上競技教室

日時 平成29年10月28日(土)

① 9:30~10:30 小学4~6年生 短距離走・走り幅跳び

② 11:00~12:30 中学生と高校生 短距離走

③ 11:00~12:30 中学生と高校生 走り幅跳び

※雨天の場合中止となります。

定員 各30名

※申し込みは1人1教室まで。

※応募多数は抽選となります。

費用 無料

申込 **10月13日(金)必着**までに往復はがきまたはEメールに

《事業名・参加教室番号・氏名(ふりがな)・性別・学校名・学年・電話番号・ハガキは返信用に宛名》を明記のうえ、下記アドレスまでお送りください。

申込先 住所 〒279-0031 千葉県浦安市舞浜2番地27 浦安市陸上競技場

E-Mail u.taiikukan@jcom.zaq.ne.jp

講師 短距離走：高瀬 慧 氏

(100m・200mリオ五輪日本代表)

走り幅跳び：領村 鴻汰 氏

(2014年日本選手権優勝)



© Nano Association



© Nano Association



浦安市総合体育館スポーツプログラム

◎10月5日(木)募集開始コース 《午前9時から電話または体育館窓口にて受付》

☆弓道コース（秋期）

日時 11月4日(土)、5日(日)、11日(土)、18日(土)、19日(日)、25日(土)
12月2日(土)、3日(日) 全8回
16:00~18:00

対象 16歳以上の初心者 先着15名
※初めて参加される市内在住、在勤、在学の方が優先

内容 弓道の基本
費用 2,600円(全8回分)



◎10月6日(金)募集開始コース 《午前9時から電話または体育館窓口にて受付》

☆体験！ファミリーバドミントン

日時 11月4日、18日、25日 土曜日
11:00~13:00 全3回

対象 小学校4年生以上の初心者 先着20名
※市内在住、在勤、在学の方が優先

内容 ファミリーバドミントンの体験
費用 1,200円(全3回分)

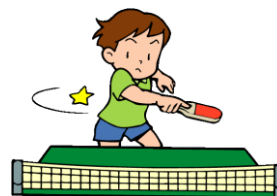


☆あおぞら卓球教室

日時 11月22日、29日、12月13日 水曜日
17:30~18:30 全3回

対象 小・中学生で発達障がいがある方、または知的障がいがある方
先着10名

内容 卓球の基本
費用 700円(全3回)



屋内水泳プールスポーツプログラム

◎10月5日(木)募集開始コース《午前9時から電話またはプール窓口にて受付》

☆健康ウォーキング（ロコモ対策）コース

- 日時 10月30日～12月4日 毎週月曜日
10:00～10:50 全6回
- 対象 16歳以上の健康な方 先着20名
※50歳以上の市内在住・在勤・在学の方優先
- 内容 水中ウォーキングの基礎基本・ロコモティブシンドローム測定
※測定は初回と最終回にプール控室等にて測定します。
- 費用 2,400円（全6回分）



☆4種目レベルアップコース(中級)

- 日時 10月31日～12月5日 毎週火曜日
9:30～11:00 全6回
- 対象 4泳法で25m以上泳げる16歳以上の健康な方 先着20名
- 内容 泳力に応じて100m、200m個人メドレーの習得練習
- 費用 3,600円（全6回分）

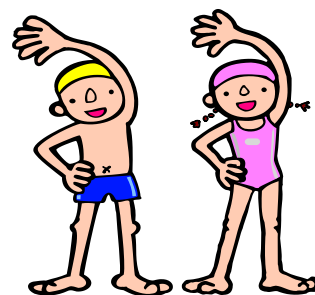


◎10月15日(日)募集開始コース

《往復ハガキにて申込・応募多数の場合は抽選・1人1通》

☆サタデースイミングコース3

- 日程 11月11日～12月16日 毎週土曜日
13:40～15:00 全6回
- 対象 小・中学生 60名
※初めて参加される市内在住・在学の方が優先
- 内容 水慣れ～クロール25mを目標
- 費用 1,800円（全6回分）



《申込方法》往復ハガキにて申込 10月22日(日)必着

往診用『コース名・氏名（ふりがな）・性別・学校名・学年・年齢・住所・
電話番号・返信用にご本人の宛名』をご記入の上、お申込みください。

※締め切り後、定員に満たない場合は電話で随時受付。

申込：〒279-0031 浦安市舞浜2番地27 浦安市屋内水泳プール

◎10月19日(木)募集開始コース 《午前9時から電話またはプール窓口にて受付》

☆アクアスポーツライフコース

日時 11月10日～12月15日 毎週金曜日 全6回
10:00～11:30
対象 16歳以上の健康な方 先着30名
※市内在住・在勤・在学の方が優先
保育 1歳以上就学前 先着6名
内容 運動不足解消・シェイプアップ
費用 3,200円(全6回分)
※保育希望の場合はお子様1名につき別途500円



☆シンクロナイズドスイミングコース

日時 11月12日～12月17日 毎週日曜日
9:10～10:50 全6回
対象 クロール・平泳ぎ・背泳ぎで25m以上泳げる小中学生
先着20名 ※市内在住・在学の方優先
内容 シンクロ技術の習得
費用 1,800円(全6回分)



☆フィンスイミングコース

日時 11月11日～12月16日 毎週土曜日 全6回
9:10～10:50
対象 クロールで25m以上泳げる小学生以上の方 先着15名
※市内在住・在勤・在学の方優先
内容 フィン技術の習得
費用 小中学生1,800円/一般3,600円(全6回分)



問合せ先

総合体育館 047-355-1110

屋内水泳プール 047-304-0030

陸上競技場 047-350-9830