

スポーツだより



スポーツをしよう!



第29回やくもミルクロードレース大会 (昨年の様子)

■八雲町総合体育館 ☎0137-62-2141

【開館時間】 午前9時～午後9時

※日曜日・祝日は午後5時まで

【休館日】 月曜日、年末年始

■熊石教育事務所 ☎01398-2-3111

☆スポーツ行事の予定

〔スポーツ公園〕

◎開町10年記念事業

第30回記念やくもミルク

ロードレース大会

6月14日(日)

午前10時スタート

☆八雲陸上競技協会

主催事業

◎開町10年記念事業

第30回記念やくもミルク

ロードレース大会

【場所】 八雲スポーツ公園

陸上競技場

【参加資格】

小学3年以上男女

【区分および距離】

▽小学生の部 2 km

▽中学生の部 5 km

▽高校生以上一般男子 10 km

▽高校生以上一般女子 10 km

▽一般男子ハーフマラソンの部

▽一般女子ハーフマラソンの部

▽車イスの部 5 km

【参加料】

▽小学生 1,000円

▽高校生以上 3,000円

【表彰】

各区分1位～10位まで表彰します。

【申し込み】

5月25日(月)までに大会事務局へ申し込みください。

【問い合わせ先】

大会事務局

二海郡八雲町住初町163

大寺正夫

(八雲陸上競技協会会長)

☎0137-63-3207

事務局メールアドレス

milk@8kumo.com

※開町10年及び第30回を記念し、トヨタ自動車陸上長距離部(男子)、資生堂ランニングクラブ(女子)の選手を招待して開催します。

☆教育委員会主催事業

◎幼児を育児中の女性限定

「フィットネス&ボディメイク」

【日時】 午前10時～正午

○レッスン1

① 5月22日(金) 体幹トレ

ニング×ボクササイズ

② 5月29日(金) エアロビク

ス×ボクササイズ

○レッスン2

③ 6月12日(金) ヨガ×ボク

ササイズ

④ 6月26日(金) 体幹トレ

ニング×ボクササイズ

【会場】 総合体育館

【対象】 幼児を育児中の女性 (妊婦は除く)

【内容】 様々なBGMに合わせて体幹トレーニングや空手等の動きでフィットネスを行います。また、ヨガを楽しみながら体の引き締め効果を体験します。なお、八雲子育てサポート「たっち」に託児することができません。全部で3つのレッスンのうち、2つのレッスンを実施します。最後のレッスンは広報6月号で紹介합니다。

【講師】 フリーインストラクター

【申し込み】

実施日の二日前までに各

レッスン(2回)一人500円

(保険料含む)を添えて総合体

育館へお申し込みください。

【第10回町民ハイキング登山

【日時】 5月24日(日)

総合体育館集合

午前7時～

※バスで現地に向かいます。

【場所】 室蘭市地球岬

【対象】 小学生以上の町民

【内容】

地球岬周辺をハイキング。

終了後、室蘭市街地で昼食

と自由時間を取ります。

【申し込み】

5月19日(火)までに参加料

(保険料含む)大人500円、小学生300円を添えて、総合体育館へ申し込みください。



町民ハイキング登山 (昨年の様子)

◎ノルディックウォーキング

フォロー講習会

【日時】 6月6日(土)

午前10時～

【場所】

総合体育館、遊楽部川河川

敷ランニングコース

【対象】 町内の一般男女

【内容】

ポールを用いたストレッチ

体操や歩き方の実技を行い、

河川敷ランニングコースを4

km歩きます。

【講師】

体育課職員(JNFA公認

ベシックインストラクター)

【申し込み】

6月3日(水)までに受講

料(保険料含む)300円を

添えて、総合体育館へ申し込

みください。