

# スポーツをしよう!

# スポーツだより



開町10年記念  
第30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〕

◎第31回やくもミルクロード

レース大会

6月12日(日)

午前10時スタート

## ☆教育委員会主催事業

◎女性のための「フィットネ

ストレーニング」教室

【日時】

レッスン①

・6月10日(金)予定

・6月24日(金)予定

【場所】 総合体育館

【対象】

・町内在住の女性

(妊婦は除く)

・育児中の女性

(託児7名まで)

【内容】

様々なBGMに合わせて体幹  
トレーニングやエアロビ、ヨ  
ガ、ボクシング等の動きで  
フィットネスを行います。なお、  
託児は7名まで受入可。その  
他7月、9月にも開催予定。

## 【申込方法】

各開催日の2日前までに参  
加料(保険料込)各レッスン  
(2回)1人500円を添え  
て、総合体育館へお申し込  
み  
ください。



フィットネストレーニング教室  
(昨年の様子)

## ◎第11回町民ハイキング登山

【日時】 5月29日(日)

午前7時総合体育館集合

※バスで現地向かいます。

【場所】 ニセコ町(予定)

【対象】 小学生以上の町民

【内容】 五色温泉郷周辺をハ  
イキングします。終了後、  
周辺で昼食と自由時間をと  
ります。

【申込方法】 5月24日(火)

までに参加料(保険料込)大  
人500円、小学生300円  
を添えて、総合体育館へお申  
し込みください。



町民ハイキング(昨年の様子)

## ◎ノルディックウォーキング フォー講習会

【日時】 6月4日(土)

午前10時

【場所】 総合体育館、運動公  
園周辺

【対象】 町内の一般男女

【内容】

ポールを上手に使うて体の  
柔軟性を高めて丈夫な身体づ  
くりへ導きます。

4 km程度のノルディック  
ウォーキングを行います。

【講師】

JNFA公認ベシックイ  
ンストラクター(体育課職員)

【申込方法】

6月1日(水)までに受講  
料(保険料込)300円を添  
えて、総合体育館へお申し込  
みください。

## ☆八雲陸上競技協会

### 主催事業

◎第31回やくもミルクロード

レース大会

【日時】 6月12日(日)

午前10時スタート

【場所】 八雲スポーツ公園  
陸上競技場

【参加資格】

小学3年生以上の男女

【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の部

▽高校生以上一般女子10 kmの部

▽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。

【申込期日】 5月20日(金)

【申し込み・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(八雲陸上協会の  
長)

☎0137-63-3207

もしくは事務局

メールアドレス

0137-63-3207

もしくは事務局

メールアドレス

0137-63-3207

もしくは事務局

メールアドレス

0137-63-3207