**小学生対象軽スポーツ体験会**

小学生のみなさん　夏休み中ですが体育館へ集合

**日　時　８月１７日(土)　受付　午前９時３０分～午前９時４５分**

**表彰　午前１１時３０分から**

**場　所　　坂下総合体育館　２Ｆ　体操場**

**参加料　　無料**

**対象者　　小学生（低学年の部・高学年の部に分かれます）**

**持ち物　　タオル、水筒、体育館シューズ**

**内　容　　輪投げ　（9本の棒が立った的に輪を投げ入れる**）

　　　　 **ディスゲッター**（9枚のパネルを落としていく）

 **マグネットダーツ**（マグネット式のダーツ）

３種類の合計点で、上位賞品有

　　　　　**ドッチビー**（表彰までの間みんなで楽しみます）

申　込　　 ８月１３日（火）までに坂下総合体育館へ電話にてお申込みください

その他　　 体験中の事故については応急処置のみとし、以後については参加者個人の

　　　　　 責任とする。（スポーツ傷害保険に加入して下さい）

　　　　　 小さなお子様の送迎、お子様の行き帰りには、十分注意して頂きますよう

　　　　　 お願いいたします。

**問合せ　　 やさかイキイキ俱楽部事務局(坂下総合体育館内TEL75-3335)**

**主　催　　 NPO法人　やさかイキイキ俱楽部**

**共　催　　 中津川市青少年健全育成市民会議坂下支部**

　　　　　



* **足腰鍛えるフラダンス教室**

日　時　　**７月２１日(木)　午後１時３０分～３時**

場　所　　坂下総合体育館　トレーニング室　研修室

会　費　　一人　　２００円

人　数　　２０名

対象者　　**子供から大人までOK**

持ち物　　タオル、水筒

内　容　　午後１時～　　　　　血圧測定（大人のみ）　研修室

１時３０分～　　足腰鍛えるフラダンス　トレーニング室

講　師　　中津川市坂下　　　古井　里美　さん

申　込　　坂下総合体育館内　NPO法人　やさかイキイキ倶楽部

TEL 0573-75-3335　電話にて申し込みをお願い致します

* **7月29日(金)午後7時30分より坂下総合体育館で浴衣着付け教室＆髪飾り作り教室を会費500円（材料費込）で開催します。**

**申し込みは電話（７５－３３３５）にて受け付けますので、興味のある方はぜひ参加してください。**

**足腰鍛えるフラダンス教室**

日　時　　**７月２１日(木)　午後１時３０分～３時**

場　所　　坂下総合体育館　トレーニング室　研修室

会　費　　一人　　２００円

人　数　　２０名

対象者　　**子供から大人までOK**

持ち物　　タオル、水筒

内　容　　午後１時～　　　　　血圧測定（大人のみ）　研修室

１時３０分～　　足腰鍛えるフラダンス　トレーニング室

講　師　　中津川市坂下　　　古井　里美　さん

申　込　　坂下総合体育館内　NPO法人　やさかイキイキ倶楽部

TEL 0573-75-3335　電話にて申し込みをお願い致します

* **7月29日(金)午後7時30分より坂下総合体育館で浴衣着付け教室＆髪飾り作り教室を会費500円（材料費込）で開催します。**

**申し込みは電話（７５－３３３５）にて受け付けますので、興味のある方はぜひ参加してください。**

今年度、毎月第３木曜日はイキイキヘルシーデーとして坂下総合体育館１階を使用して健康づくりを考えております、やさか地区のみなさんの参加をお待ちしています

**８月は・・≪浴衣着付け＆髪飾り作り教室≫を予定しています**



“介護必要なし”ヨガ