



市民弓道大会
 日時 来年1月3日(月)
 午前8時30分～
 (開会式：午前8時～)
 場所 加支多神社内弓道場
 (南海「鶴原」駅下車徒歩5分)
 傷害保険料 1000円
 申込・問合先
 12月4日(土)までに電話で、西郷
 (☎462-1680)へ

スポーツ

スポーツ推進課 (J:COM末広体育館 [市民総合体育館] 内)
 ☎462-2000 Fax469-2286
 受付：午前9時～午後5時15分
 (休館日と土・日曜日以外の祝日除く)
 ※電話はおかけまちがいのないようにご注意ください。

第3期 スポーツ教室 (各全10回)

場所 健康増進センター内プール
 内容 水中運動で身体機能訓練・心身のリラクゼーションおよび介助方法の学習
 対象 市内在住・在勤・在学者 (定員に満たない場合は市外でも可)
 受講料 各500円
 申込・問合先
 12月11日(土)～21日(火)に受講料を持参しスポーツ推進課へ

コース	対象	開催日	時間	定員 (先着順)
のびのびスイム①	水中運動が適応する身体障害のある人と介助者	来年1月8日～3月26日の毎週土曜日	16:00～16:50	6組
のびのびスイム②Jr.	水中運動が適応する知的障害のある3歳～中学生と介助者		14:15～15:00	10組
のびのびスイム②	水中運動が適応する知的障害のある高校生以上と介助者		15:00～15:50	10組

注意
 ●申込者が少ない場合は、教室を中止することがあります。
 ●現在、妊娠している人は受講できません。また、受講期間中に妊娠していることがわかった場合は、その時点で受講を辞退していただきます。

第3期 キッズスポーツ教室

泉佐野市スポーツ推進委員協議会のスタッフが指導します。
 開催日 来年1月15日(土)・29日(土)、2月12日(土)・19日(土)、3月5日(土) (全5回)
 場所 J:COM末広体育館 (市民総合体育館)
 後援 (公財) ライフスポーツ財団
 申込・問合先 12月18日(土)～28日(火)に受講料を持参しスポーツ推進課へ
 ※定員に満たない場合は締切日以降も随時受付

【Aコース】 マット、ボール運動、跳び箱などの軽スポーツ
 時間 午後2時～3時
 対象 4歳～就学前の子どもと保護者
 定員 20組 (先着順)
 受講料 1組1,000円 (傷害保険料含む)
 ※子どもや保護者が2人以上参加する場合は1人につき500円追加

【Bコース】 ラダートレーニング、トランポリン、ショートテニスなどのスポーツを楽しみながら体力の向上を図る。
 時間 午後3時15分～4時15分
 対象 小学生
 定員 30人 (先着順)
 受講料 500円 (傷害保険料含む)



J:COM末広体育館 (市民総合体育館)・健康増進センターをご利用ください!

問合先 健康増進センター (☎469-1000 Fax469-6666
<http://www.izumisano-c.jp/kenko/>)

利用者	プール	トレーニング	ランニング
一般 (高校生以上)	1回 620円 (月極6,200円)	1回 410円 (月極4,100円)	1回 210円
高齢者 (60歳以上の市内在住者)	1回 310円 (月極3,100円)	1回 210円 (月極2,100円)	1回 110円
3歳～中学生		※小学生以下利用不可	

障害者手帳を持っている人は無料です。
 ※表示料金はすべて税込です。

◆遊泳時間
 ●大人…午前9時～午後8時45分 (学校水泳実施日は正午～)
 ●中学生…午前9時～午後7時 (学校水泳実施日は正午～)
 ●身長120cm以上の小学生…正午～午後5時
 ※3歳～中学生は保護者 (18歳以上) が一緒に入水する場合は午前9時～午後8時45分で遊泳可能