

【Aコース】
マット、跳び箱、ボール運動、リズム体操などの軽スポーツ
時間 午後2時～3時

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18日(土)・25日(土)、2月8日(土)・15日(土)、3月1日(土)(全5回)
場所 J:COM末広体育館
後援 (公財) ライフスポーツ財団
申込・問合先 12月14日(土)～24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

第3期 キッズスポーツ教室

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。



対象 4歳～就学前の子どもと保護者
定員 25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、シヨ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・中学生
定員 50人(先着順)
受講料 500円
(傷害保険料含む)

第3期 スポーツ教室 (各全10回)

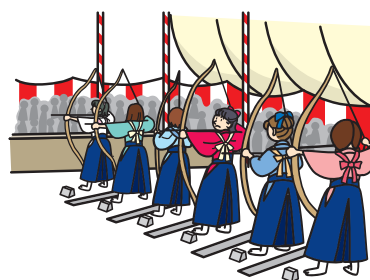
場所 健康増進センター内プール
内容 水中運動で身体機能訓練・心身のリラクゼーションおよび介助方法の学習
対象 市内在住・在勤・在学者(定員に満たない場合は市外でも可)
受講料 各500円
申込・問合先 12月7日(土)～17日(火)に受講料を持参しスポーツ推進課へ

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4日～3月22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。

開催日 来年1月3日(金)
時間 開会式：午前8時～
●競技：午前8時30分～
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 100円
申込・問合先 12月10日(火)までに電話で(西郷) ☎462・1680へ

市民弓道大会



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) 中学生以上利用可	1回 110円
3歳～中学生			

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。