

実際の活動の様子

地域の自治会館や公園、商業施設などで30分から1時間程度、気持ちよく体を動かしています。

屋内でも 地域の自治会館などで!



屋外でも 青空の下で気持ち良く!



商業施設でも MEGAドン・キホーテ 八千代16号バイパス店



イオン八千代緑が丘店



やちよ元気体操を体験してみませんか

「やちよ元気体操を体験したい」という人はまずは「お試し体操広場」にどうぞ。予約不要、どなたでも参加できます。



日時 6月29日(休)、7月3日(月)・10日(月) ※小雨中止。以降の日程は広報やちよの毎月1日号で掲載

時間 午前9時～9時30分
場所 総合運動公園噴水広場
持ち物 飲み物、フェイスタオル

やちよ元気体操を取り入れた活動を始めてみませんか

やちよ元気体操を取り入れたグループには、活動のサポートを行います。その他応援隊を対象とした、研修会などを開催し、他のグループとの交流機会も設けています。「定期的にやちよ元気体操をやってみようかな」と思った人はぜひ健康づくり課にご連絡ください。

募集

市民水泳大会の参加者

【参加資格】 市内在住か在勤・在学の小学生以上、近隣市のクラブチーム。小・中学生は往復はがきに保護者の署名、押印が必要

【種目】 右表種目・学年齢の各男女。リレーを除き一人2種目まで参加可、希望により100、200m個人メドレーは泳力検定(日本水泳連盟)も兼ねます。泳力検定時を除き、全員、スタート台飛び込みは禁止とし、平面スタートとします

【日時】 7月30日(日)午前9時から受け付け、午前10時30分競技開始、午後1時30分頃終了(昼食時間はありません)

【場所】 総合生涯学習プラザ(駐車台数に限りがあります。公共交通機関をご利用ください)

【費用】 1種目は500円、2種目は800円、泳力検定受検者は受検料500円。7月3日(月)までに千葉銀行勝田台支店、普通預金、口座番号:3614579、振込先:八千代市民水泳大会に振り込み(家族内に限り連名

種目	小学生			中学生 高校生	一般・30歳・40歳 50歳・60歳・70歳・ 80歳の各年齢別	障害者
	1・2年	3・4年	5・6年			
フリーリレー	200m (50m×4人) 男女混合不可、費用は1チーム1,000円(当日徴収)。参加チーム責任者は申し込み時にチーム名、オーダー記入。締め切り後の申し込み不可。					
個人メドレー (兼検定)	—	—	100m 200m	100m 200m	100m 200m	—
バタフライ 背泳ぎ 平泳ぎ 自由形	25m	25m 50m	25m 50m	50m	25m 50m	25m 50m
ふれ合い リレー	家族や友達など4人いれば当日編成できます。泳法や距離は自由。全員泳ぐことが条件。男女混合可(200m)。賞状・記録証はありません。					

可。手数料参加者負担。合格者は申請料700円を当日別途徴収。不参加になった場合でも返金しません

【申し込み】 往復はがきに①氏名(フリガナ) ②生年月日(西暦) ③性別 ④年齢(学年) ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦学校名または所属団体 ⑧参加種目 ⑨エントリータイム ⑩検定の有無 ⑪返信面には住所を記入し、7月3日(月)消印有効で〒276-8799八千代郵便局留八千代市民水

泳大会事務局へ郵送。団体申し込みは保護者署名・押印不要。表彰は、男女とも各種目1～3位賞状(記録記入)、参加者全員への記録証、泳力検定合格者への認定証、認定バッジを全て後日送付します。保険は、主催者が加入するスポーツ保険の範囲内で対応します。問い合わせは、午後8時以降に水泳協会・白取☎090-6474-7861または障害者・新谷☎482-9844

ファミリー・サポート・センター 全体交流会「ミニ運動会」

リズム体操、かけっこ、障害物競争などを楽しみます。広い畳の部屋で思い切り体を動かしましょう。就学前までの子どもとその保護者対象。先着25組。会員以外でも参加できます。参加費無料。飲み物、汗拭きタオル持参。動きやすい服装で。

▶日時 7月25日(火)午前10時30分～11時45分。受け付けは10時から ▶場所 市民体育館第1武道室 ▶申し込み・問い合わせ 祝日を除く月曜～金曜日午前9時～午後4時に、電話で同センター☎487-8300へ。7月18日(火)締め切り



広告

広告