



参加者募集

■体力テスト参加者募集

体力年齢を測定して、健康増進に役立てませんか？

日時 5月22日(日) 午前9時～

場所 さんぶの森中央体育館

内容
・新体力テスト(年齢別体力測定)
「20歳～64歳」握力、上体起こし、
長座体前屈、反復横とび、立ち幅
とび、20mシャトルラン



立ち幅とび



10m 障害物歩行

「65歳～79歳」ADL(日常生活活動テスト)、握力、上体起こし、
長座体前屈、開眼片足立ち、10m
障害物歩行、6分間歩行

■らくらく運動講座「コリハリ知らずの身体作り」

講師 アメリカ医学会認定ヘルス
フィットネスインストラクター
坂本紀子 氏

募集 100人(先着順に受付、
定員になり次第終了)

参加費 無料

持ち物 室内履きシューズ(スリッパ
不可)、タオル、運動のできる服装

申込方法
市役所、各出張所にある参加申込
書に必要事項を記入のうえ、スポー
ツ振興課まで提出(電話、FAX可)

申・問 スポーツ振興課
☎(80)1461 FAX(80)1400

■スローピッチソフトボール大会

小学生から老若男女を問わずだれ
でも参加できるソフトボール大会を
開催します。市内各地区から多数の
参加をお待ちしております。

抽選会
日時 4月23日(日) 午後7時～

場所 さんぶの森中央会館 2階
中研修室

持ち物 参加費(1チーム4,000
円)・メンバー表・筆記用具

大会
期日
開会式及び1回戦 5月8日(日)
2回戦 5月15日(日)
準決勝・決勝 5月22日(日)
予備日 5月29日、6月5日

場所 さんぶの森野球場

大会規則 1チーム25名登録(試合
には必ず小学生(性別問わず)ま
たは女性が3名以上常時出場して
いなければならない。)

問 市ソフトボール協会
☎(88)0468 荒井
☎(88)3455 田所

■陸上競技記録会
日時 5月15日(日) 少雨決行
受付 午前8時半～

記録会開始 午前9時半～

場所 成東総合運動公園陸上競技
場

参加資格 原則として小学生以上の
市内在住、在勤、在学の方

参加費 100円(当日徴収)

種目 100m(男・女)、
100mハードル(男・女)、
800m(男・女)、1500m
(男)、3000m(男・女)、4
×100mリレー(男・女)、走
り幅跳び(男・女)、走り高跳び(男・
女)、砲丸投げ(男・女)

※1人2種目まで(リレー参加者
は、リレー含め3種目まで可)

申込方法 スポーツ振興課および市
内スポーツ施設にある参加申込書
により申し込む。

申 スポーツ振興課 ☎(80)1461
成東総合運動公園 ☎(80)3715
さんぶの森公園管理事務所
☎(80)9100

蓮沼スポーツプラザ
☎(86)3846

問 市陸上競技部 美濃輪
☎090(3346)1306
※午後6時～午後8時

結果報告

■山武市民サッカー大会

第10回山武市民サッカー大会が成
東総合運動公園競技場にて1月30日
に予選、2月6日に決勝が行われま
した。

決勝戦では、試合時間50分では決
着がつかず延長戦までもつれるとい
う白熱戦となりました。

優勝 LASO
準優勝 吉牧FC



優勝チーム「LASO」の皆さん