

募集

■第4回

さんむろードレース大会

ゲストランナーにオリピック三大大会連続出場の弘山晴美さんをお迎えします。蓮沼海浜公園沿いのコースで、楽しく走ってみませんか。



**日時** 11月22日(日)  
**場所** 九十九里蓮沼ビーチパーク(蓮沼海浜公園第一駐車場)

- 種目**【全20部門】  
種目/距離/スタート時刻  
①小学生高学年(4年〜6年) 男女の部/2km/午前9時  
②小学生低学年(1年〜3年) 男女の部/2km/午前9時3分

- ⑤親子の部(小学2年生まで) 1km/午前9時20分  
⑥中学生男女の部 3.5km/午前9時40分  
⑦高校生以上39歳以下 男女の部/60歳以上男子の部/10km/午前10時10分

- ⑧高校生以上39歳以下 男女の部/60歳以上男子の部/10km/午前10時10分  
⑨高校生男女、39歳以下 男女40歳以上男女の部/5km/午前10時15分

**参加費**

- 小学生・中学生 1千円  
(市内在学者 500円)  
高校生 1千500円  
親子 1千円  
一般 3千円

**表彰** 各部門1位から6位入賞者に賞品・賞状、

とび賞、特別賞

**参加賞** Tシャツ(高校生以上) スポーツタオル

(小学生・中学生・親子)

**申込期限** 10月20日(火)

詳しくは市内各施設に備え付けの募集要項を確認ください。

**問い合わせ先** エントリーに関する問い合わせ

さんむろードレース大会

エントリーセンター

☎048(778)5888

大会に関する問い合わせ

スポーツ振興課内・市ロードレース大会実行委員会事務局 ☎(80)1461

■秋の市民卓球教室

子どもから高齢者までどなたでも参加できます。ベテラン指導者が皆さんのレベルに合わせて行いますので気軽に参加してください。(昼・夜の部両方参加可)

(昼間の部)

**日時** 9月30日から12月2日(10月7日、10月14日、11月4日、11月25日を除く) までの毎水曜日 午後1時半〜午後3時半 《計6回》

**場所** 蓮沼スポーツプラザ

**費用** 3千円(計6回分)

・会場費、保険料含む

※教室初日に領収します。

(夜間の部)

**日時** 9月28日から11月9日(10月12日除く) までの毎週月曜日 午後7時〜午後9時 《計6回》

**場所** 大富小学校体育館

**費用** 2千円(計6回分)

・保険料含む ※教室初日に領収します。

※その他 室内用シューズ、ラケット持参  
**申込期限** 9月18日(金)

■スポーツ振興課

☎(80)1461  
(昼間の部) 市卓球協会 佐藤威史 ☎(82)2048  
(夜間の部) 市卓球協会 佐藤至宏 ☎(82)6559

■第6回市レディース大会(サッカー)開催

参加資格は、中学生(女子)以上です。チームとして参加したい、人数不足だけど参加したい、1人だけど参加してみたいなど、サッカーをやってみたい、参加したい女性は、ご連絡ください。

**期日** 9月20日(日)

(小雨決行)

**場所** 成東総合運動公園

陸上競技場(サッカー場)

**競技規定** 8人制

男性50歳以上2人まで参加可(ゴールキーパーは不可)

**会場** 市サッカー協会 5種

委員会向山容子

☎09060199298

■元気館・コース型運動教室

★水中運動教室  
水の中の歩き方・走り方などの水中運動を段階的に指導

**日程** 10月6日(火)から毎週火曜日(全10回)

午後0時15分〜午後1時

★運動不足解消!やさしい

トレニング教室

健康的な生活習慣と効果

的なトレーニング指導

**日程** 10月8日(木)から

毎週木曜日(全10回)

午後0時半〜午後1時半

★はじめてヨガ教室

**日程** 10月7日(水)から

毎週水曜日(全10回)

午後1時半〜午後2時半

★夜のヨガ教室

**日程** 10月7日(水)から

毎週水曜日(全10回)

午後7時〜午後8時

★やさしいフラダンス教室

**日程** 10月10日(土)から

毎週土曜日(全10回)

正午〜午後1時

※参加費1万円(水中運動

教室は8千円) / 3カ月

園さんぶの森元気館

☎(80)9300