

東金町運動場スポーツクライミングセンター 利用体験会のご案内(9月開催分)

スポーツクライミングを始めてみたい方、ボルダリングだけではなく、屋外のリードウォールやスピードウォールを登りたい方向けにも、体験会を開催します。体験会は、ボルダリングウォールのほかに、天気が良ければ、屋外のリード・スピードウォールを使った体験も行います。今後、定期的に開催しますので、興味のある方はご参加ください!

◆クライミング利用体験会◆

内クライミングを始める方向けにホールドの持ち方や登り方など、基本的な動作について講師が教えます。

日1回目:9月5日(土)午前10時から正午
2回目:9月13日(日)午後1時30分から
各回ともに2時間程度

※天候により内容が変わる場合があります。

対小学生以上のクライミング初心者の方など

定各回10人程度 ※お申し込み多数の場合、抽選とさせていただきます。

費各回100円 **日**8月21日(金)から8月26日(水)必着
持ち物:マスク、飲み物、タオルをお持ちください。



申込・問い合わせ

方左記申し込み期間中に区ホームページ(下記QRコード)から申請書をダウンロードし、メールまたはファクスにてお申し込みください。

申葛飾区教育委員会事務局生涯スポーツ課
「クライミングセンター体験会」係あて
メール送付先:301600@city.katsushika.lg.jp
TEL(3691)7111 FAX(5698)1752

注意事項

- 小中学生は、保護者の同伴が必要です。また、高校生の方は、保護者の同伴または保護者の同意を得た誓約書をお持ちください。
- 新型コロナウイルス感染症対策のため、検温・消毒・マスクの着用をお願いします。
- 注意事項については、区ホームページに記載しています。下記QRコードを読み込みご確認ください。



おおむね65才以上の方対象



～長月は 体力測って ひとつ風呂～ ふれあい銭湯事業 体力テスト



要事前申込

暑い日が続きますが、お元気で過ごしてしまおうか。

下記公衆浴場では毎月7回、営業前の時間に各種健康講座を実施しています。9月は簡単にできる体力測定会を実施します。

会場	日時	定員
アクアガーデン栄湯(東四つ木3-45-7)	9月10日(水) 14:30~15:30	15人
富士の湯(亀有2-5-7)	9月15日(火) 13:30~14:30	20人
千代の湯(東新小岩5-17-6)	9月16日(水) 13:30~14:30	20人
さつき湯(東堀切3-27-9)	9月16日(水) 14:00~15:00	20人
栄湯(高砂8-15-12)	9月17日(木) 14:30~15:30	20人
第四富士の湯(宝町2-11-8)	9月22日(火・祝) 13:30~14:30	9人
アクアドルフィンランド(立石7-16-3)	9月23日(水) 13:40~14:40	20人
寿湯(東四つ木4-19-14)	9月24日(木) 13:30~14:30	12人
赤広湯(宝町1-2-30)	9月25日(金) 14:45~15:45	20人

対おおむね65才以上の方〔下記欄外参照〕
内握力・長座体前屈・開眼片足立ち・体組成測定等
 ※健康保険証・飲料を持参してください。
日8月31日(月)必着 **費**無料
方①上記QRコードから電子申請 **電子申請・申請書はこちらから!**
 ②区ホームページまたは各銭湯・区体育施設で申込書を入手しフ
 アクス・郵送または持参



お問い合わせは生涯スポーツ課まで(下記欄外参照)

新小岩いきいきテニス教室(後期)

アクセス便利なJR新小岩駅のすぐ近く!
新小岩私学事業団総合運動場テニスコートで行う
初心者でも気軽に参加できるテニス教室です。



新小岩いきいきテニス教室

1【社会人硬式テニス】

日9月25日、10月23日、11月27日、令和3年1月29日、2月26日、3月26日(各金曜日)
午後7時から午後9時
全6回

対区内在住・在勤の一般男女(16才以上)

費1回2,000円

会私学事業団総合運動場(東新小岩1-18-1) 受付:クラブハウス前

定12人(応募者多数の場合は抽選。参加申込は実施日6回全てが対象です)

方区ホームページ(上記QRコード)またはパソコン、スマートフォンより電子申請にて申し込み

日9月4日(金)必着 **問**「新小岩いきいきテニス教室(後期)」係(下記欄外参照)

【注意事項】

- ・教室受付の際、検温を実施いたします。
- ・受付時に、私学事業団総合運動場利用同意書(個人用)を提出いただきます。
- ・教室開始時間以降の途中参加はできません。
- ・密を回避するため、テニスコートの利用人数に制限があり、送迎の方の観覧はお断りいたします。

2【ジュニア硬式テニス】

日9月26日、10月24日、11月28日、令和3年1月30日、2月27日、3月27日(各土曜日)

午前10時から正午 全6回

対区内在学の小学4年・5年・6年生、中学生の男女

費1回1,500円

障害者水泳専用レーン

①奥戸総合スポーツセンター温水プール館	9月6日(日) 午後4時から午後5時30分
②水元総合スポーツセンター体育館温水プール	9月20日(日) 午後4時から午後5時30分

※着替え等を含む(入水時間は1時間程度)
対障害のある方 **定**20人 **費**無料

障害者水泳教室

①奥戸総合スポーツセンター温水プール館	9月23日(水) 午後2時から午後3時30分
②水元総合スポーツセンター体育館温水プール	9月7日(月) 午後2時から午後3時30分

※着替え等を含む(入水時間は1時間程度)
対障害のある方 **定**40人 **費**1回100円

【障害者水泳教室・障害者水泳専用レーン 共通事項】

方各実施日の3日前までに電話またはファクスで、下記までお申し込みください。

申問①奥戸総合スポーツセンター温水プール館(高砂1-2-1) **TEL**(3695)9911 **FAX**(5698)1753

申問②水元総合スポーツセンター体育館(水元1-23-1) **TEL**(3609)8182 **FAX**(5699)1622

障害者トランポリン教室

日8月20日、9月3日(各木曜日)

午後6時30分から午後8時

会奥戸総合スポーツセンターエイトホール

対障害のある方 **定**各回20人 **費**1回100円

方各実施日の3日前までに電話またはファクスにて①教室名②住所③氏名(ふりがな)④年齢・性別・障害の内容(等級)⑤電話(ファクス)番号をお知らせください。

申問奥戸総合スポーツセンター温水プール館

TEL(3695)9911 **FAX**(5698)1753

レクリエーションポッチャー一般開放

日8月17日・24日・31日、9月7日(各月曜日)

午後4時30分から午後6時30分

会水元総合スポーツセンター体育館

第1・第2会議室

対どなたでも **定**各回15人程度 **費**無料

方直接会場にお越しください(事前申込不要)

問(一社)オール水元スポーツクラブ

TEL(5876)9188

温水プール無料開放 ワキワキ・ファミリープール

会奥戸総合スポーツセンター温水プール館 **TEL**(3695)9911 **次回の実施日** 9月5日(土)

会水元総合スポーツセンター体育館温水プール **TEL**(3609)8182 **次回の実施日** 9月26日(土)

・いずれも午前9時から午後5時(入場は午後4時15分まで)
・区内在住・在勤・在学の方が対象です(ただし、おむつが取れていない幼児は不可)

のびのびユニスポ広場

日8月18日・25日、9月1日・8日・15日(各火曜日)

午後4時から午後5時30分

会奥戸総合スポーツセンターエイトホール

方フロアホッケーやポッチャーなどのユニバーサルスポーツが楽しめます。室内履き・飲料を持って直接会場へお越しください。

対障害のある方 **費**無料 **日**申込不要

問「のびのびユニスポ広場」係(下記欄外参照)

凡例 **日**日時 **会**会場 **対**対象(特に記載のないものは区内在住・在勤・在学者) **種**種目 **部**部別 **内**内容 **定**定員 **費**費用
説説明会等 **方**申込方法(特に記載のないものは1人1通) **日**締め切り **申**申込先 **問**問合先 **TEL**電話番号 **FAX**ファクス
HPホームページ **講**講師 **メ**メール **奥戸SC**奥戸総合スポーツセンター **水元SC**水元総合スポーツセンター

ご **問** **申** **合** **注** **意** **申** **込** **先** **み**
 〒124-0022 葛飾区奥戸7-17-1
 奥戸総合スポーツセンター体育館内 生涯スポーツ課「〇〇」係
 TEL(3691)7111 FAX(5698)1752

スポーツテレフォンサービス TEL(3695)2200(奥戸総合スポーツセンターの個人利用種目等の情報をご案内しています)