



区民体育大会等結果の掲載方法を変更します!

これまでは区民体育大会等結果を紙面で掲載をしていましたが、
今後は、区HPで大会結果をご覧いただけます。



右記二次元コードを読み取ると、
大会結果を見ることができます!

区HP▶



はじめてみよう! 障害者スポーツ教室のご紹介

① パラスポーツ一般開放【月曜】

個人でもパラスポーツ(ボッチャ)を気軽に体験・練習できます。初めての方にはルール説明から指導員が教えるので、レベルに応じて楽しめます。

6月23・30日、7月7・14・28日、8月18・25日、9月1・8・22・29日、
10月6・20・27日、11月10・17日、12月1・8・15・22日、1月19・26日、
2月2・9・16日、3月2・9・16・23・30日

■午後4時30分～6時30分
会 水元総合スポーツセンター 第1・2会議室
対 どなたでも 定 各回15人程度(先着順)
費 無料 方 会場にて受付

② のびのびユニスポ広場【火曜】

ユニバーサルスポーツ(フロアホッケー、風船バレー等)を定期的楽しめます。

6月24日、7月1・8・15・22・29日、8月5・12・19・26日、
9月2・9・16・30日、10月7・14・21・28日、11月4・11・18・25日
12月2・9・16・23日、1月6・13・20・27日、2月3・10・17・24日、
3月3・10・17・24・31日

■午後4時～5時30分
会 奥戸総合スポーツセンター エイトホール
対 どなたでも 定 なし
費 無料 方 会場にて受付

③ 障害者トランポリン教室【金曜】

難しいルールのないトランポリンを通じて、体幹機能の向上、リハビリ及びリラクスの効果を
図り、運動の楽しさを体験することでスポーツ活動へのきっかけとなることをめざしています。

6月27日、7月11・25日、9月12・26日、10月10・24日、
11月14・28日、12月5日、1月9・23日、2月13・27日、3月13日

■午後6時30分～8時
会 水元総合スポーツセンター サブアリーナ
定 20人 対 障害のある方 費 100円
方 各回とも電話またはファクスで教室の3日前まで(先着順)。

④ 障害者水泳教室

全身運動となる水泳を通して、継続した運動の必要性を理解し、楽しみながら泳ぐ習慣を身につ
け、また体力の維持増進を深めます。

【奥戸・水曜】7月2日、9月24日、10月22日
【奥戸・日曜】9月7日、10月5日、11月9日
【水元・月曜】7月7・14日、9月1日、10月6・27日、11月10日、
12月1・8・15日、1月26日、2月2・9日、3月2・9日
【水元・日曜】9月21日、10月19日、11月16日、12月14・21日、
1月11・18日、2月15・22日、3月15・22日

■【水・月曜】午後2時～3時30分
【日曜】 午後4時～5時30分
会 奥戸・水元総合スポーツセンター 温水プール
定 20人 対 障害のある方※ 費 100円
方 各回とも電話またはファクスで教室の3日前まで(先着順)。
※小学生未満の方は3歳以上でオムツのとれている場合にご参加いた
だけます(保護者の方も入水をお願いします)。

事業ごと の お問い合わせ先

- ①・③(一社)オール水元スポーツクラブ
②生涯スポーツ課
④の【奥戸】奥戸総合スポーツセンター温水プール館
④の【水元】水元総合スポーツセンター温水プール

☎03-5876-9188 FAX03-5876-9189
☎03-3691-7111 FAX03-5698-1752
☎03-3695-9911 FAX03-5698-1753
☎03-3609-8182 FAX03-5699-1622

各種大会参加者募集

【区民大会】

大会名	日程	時間	会場	対象	種目・定員	参加費	申し込み方法	問い合わせ先
春季 ビームライフル ビームピストル 大会	7/27(日)	午前9時30分～ 午後6時	奥戸総合 スポーツセンター 体育館 エアライフル場	1人で射撃が できる方 ※16歳未満の方 は保護者同伴	①BRT60: 3人 ②BP60: 12人 ③BRF40: 15人 ④BRS60: 6人	1種目2,000円 ※1人2種目まで	連盟HPより 6月23日(月)から オンライン申請で (先着順)。 	連盟HPからお問い合わせ ください。

【パラスポーツ事業】

事業名	日程	時間	会場	対象	定員	参加費	申し込み方法	問い合わせ先
障害者水泳教室	7/2(水)	午後2時～ 3時30分	奥戸総合 スポーツセンター 温水プール館	障害のある方 ※小学生未満の方 は、3歳以上でオム ツのとれている場 合にご参加いた だけます(保護者 の方も入水をお願 いします)。	各回20人 (先着順)	1回100円	右記まで電話または ファクスで(実施日 の3日前まで)。	甲 奥戸総合スポーツセ ンター温水プール館 ☎03-3695-9911 FAX03-5698-1753
	7/7・14 の(月)		水元総合 スポーツセンター 温水プール					甲 水元総合スポーツセ ンター温水プール ☎03-3609-8182 FAX03-5699-1622
障害者 トランポリン教室	7/11・25 の(金)	午後6時30分～ 8時	水元総合 スポーツセンター サブアリーナ	障害のある方				甲 (一社) オール水元ス ポーツクラブ ☎03-5876-9188 FAX03-5876-9189

【連盟大会】

大会名	日程	時間	会場	対象	種目	参加費	申し込み方法	問い合わせ先
ジュニア水泳大会	9/7(日)	午前9時開場	水元総合 スポーツセンター 温水プール	18歳以下	連盟HPに掲載されている大会要項 を参照してください。 		連盟HPよりエント リー用紙を取り出し、 右記までメールで 7月25日(金)(必着)まで (多数抽選)。	甲 水泳連盟 katsushika.swim. federation@gmail. com