

□職場地区別等対応ソフトボール大会

- 日程 8月24日(水)・25日(木)・26日(金)
□試合開始 18時30分予定 ※チーム数、天候などにより日数の短縮あり
□会場 ときわ球場、柏ヶ丘球場
□費用 1チーム2,000円(大会当日にご持参ください。)
□対象 自治会、事業所、団体などで構成したチーム(先着10チーム)
□申込み 町ホームページまたは教育委員会で配付する申込用紙により、教育委員会社会教育グループまで申込みください。
□受付期間 7月25日(月)～8月5日(金)まで
□組合せ 教育委員会による抽選により決定し、出場チームへ文書にてお知らせします。
※監督会議については、省略とします。
□問合せ 安平町教育委員会社会教育グループ(☎0145-29-7036)



□Balletone® Sole Synthesis (バレトン®ソールシンセシス)無料体験

- 日時・場所 7月25日(月) 19時～19時45分 追分地域交流センター(定員5名)
7月27日(水) 13時30分～14時15分 追分公民館和室(定員6名)
□持ち物 タオル、ノンカフェイン飲料500ml以上、ヨガマットまたはバスタオル、筆記用具
(裸足で行います。)
□講師 大井多佳子(フィットネスサークルNiko 代表・AFAA IGFI)
□保険 団体スポーツ保険未加入のため、同意書の提出をお願いしています。

バレトン®ソールシンセシスは、NY発。
フィットネス、バレエ、ヨガの動きをバランスよく組み合わせた裸足で行う新感覚エクササイズです。
本州のフィットネスクラブでは、今一番人気と言われているこのプログラムを安平町で体験出来ます。
シンプルな動きの繰り返しなので、初めての方も安心して楽しめます。
心肺機能の向上、筋持久力の向上、柔軟性の向上、コーディネーション能力の向上、バランス力の向上、体幹の安定など効果はたくさん。引き締まったボディライン、転ばない身体を作ります。

- ZUMBA® 毎月第1、第3火曜日と金曜日に50分クラスを体験できます。ご予約ください。
○火曜日 14時30分～ 追分地域交流センター
○金曜日 19時10分～ 追分地域交流センター
□Q-ren 7月27日(水) 14時30分～16時 追分公民館和室
□申込み 大井(お名前、ご希望、ご年齢をお知らせください。)
□問合せ ショートメール090-5959-7683



□太極拳メンバー募集！

- 太極拳メンバーを募集しています！興味のある方、体験したい方はぜひ問い合わせください。
□日時 毎週土曜日 13時30分～15時
□場所 ぬくもりセンター多目的情報ホール
□服装・持ち物 動きやすい服装、飲み物、タオル、底の薄い室内用運動靴
□申込み・問合せ 森田(☎090-8632-5032)
※安平町支え合い活動交付金、社会福祉協議会助成金を受け運営しています。



□令和4年度「カヌー体験研修会」

- 日時 8月20日(土) 10時～15時(雨天時順延:21日(日))
□場所 みずほダム(安平町早来瑞穂1421)
□対象者 カヌーに興味のある一般およびしょうがいのある方
※未経験者大歓迎。中学生以下は要保護者同伴。
□参加料 1名1,500円(昼食費込み)
※カヌーに乗艇しない保護者、介助者は無料。昼食希望者は1名1,000円。
□申込み 8月7日(日)までに、QRコードにて申込みください。メールの場合は、住所・氏名・生年月日・性別・電話番号・経験の有無・しょうがいの有無、保護者などの昼食希望を記入の上、acc_entry@yahoo.co.jpまで送信してください。
□問合せ 安平の森カヌークラブ代表 多田(☎090-2693-8572)

