

読書の秋・芸術の秋・食欲の秋…
秋にもいろいろあるけれど

スポーツの秋

はいかがですか？

今年も、暑い夏となりましたが、少しずつ、秋の気配がただよびまわりました。
秋といえば、さまざまなことをやりたくなる季節ですね。たとえば、美術館で絵を鑑賞したり、果物狩りに行ったり、また、秋の夜長に読書やこのもくもくやね。
そして、スポーツの秋でもあります。暑さも一段落して、身体を動かしやすい気候になってきます。何かやってみたいなあと思われている方も多くいらっしゃるかもしれません。
事業団管理施設では、秋に向けて、さまざまな教室やイベントを計画しています。
スポーツの秋を満喫してみませんか？

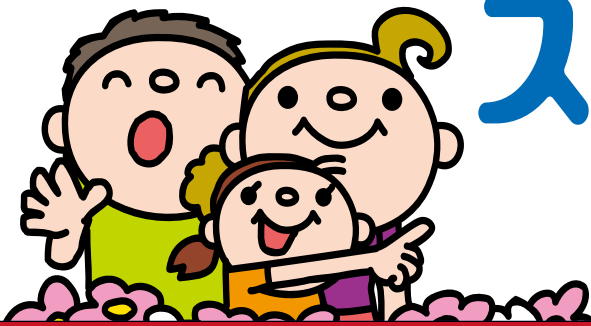


その4 イベントに参加してみる！ 体育の日はイベント開催！！

みんなおいでよ！
エンジョイスports!

ONE DAY 2006 スポーツラント

10月9日(月)体育の日



熊本市総合体育館・青年会館

スポーツラリー	
体力測定	血圧測定
	身長・体重・体脂肪
	柔軟性
	筋力
	バランス
	敏捷性
	瞬発力
総合判定	
トランポリン 体験	
熊本市青年団体連絡協議会によるイベント	

浜線健康パーク

ジュニアバレーボール教室
ジュニア体操教室
ジュニアテニス教室
体験！ヨガ教室
初級者テニス教室
体験！ニュースポーツ
障害者水泳教室

託麻スポーツセンター

利用者親睦バスケットボール大会

水前寺野球場

キッズベースボール体験教室
球速宣言！スピードガンコンテスト
タイム宣言！ベースラン
ホームラン競争

南部総合スポーツセンター

ヨガ教室	
スイミングワンポイント指導	
弓道、アーチェリー体験	
利用者親睦大会	テニス
	ゲートボール
	グラウンドゴルフ

詳細は10月号(9月20日発行予定)でお知らせします！お楽しみに！！
アクアドームくまもとは12月に開催の予定です。

その3

タイムサークルプログラムで

参加してみよう！

アクアドームくまもとは、施設使用料だけで手軽に参加できるエアロビクス、ヨガなどのスタジオプログラムやアクアビクスなどのプールプログラムを開設しています。
毎週の教室だと参加しづらいなあ…とお考えの方、毎週でなくても、お時間があるときに参加できます。
9月のプログラムは12ページに掲載しています。

その2

スポーツ教室に参加してみよう！



事業団管理の各施設では、水泳やエアロビクスをはじめとして、さまざまなスポーツ教室を開催しています。初心者向けを中心としていますので、初めて挑戦する方にもおすすめです。
事業案内『Do sports』は全施設の教室を紹介しています。9月以降受付分が掲載された後期版が発行されました。各施設や市役所、公民館などにございます。ぜひ、お手に取っていただくといいですよ。
なお、9月受付分は9月10日に掲載しています。

その1

とりあえずスポーツ施設に行ってみよう！

何をしたらいいかわからない…という皆さん、とりあえず、近くにあるスポーツ施設に足を運んでみませんか？
体育館やプール、また、テニスコートがあったり、トレーニングルームがあったり、それぞれ特色があります。
水泳やトレーニングはコンポイント指導(実施日・時間等はお問い合わせください)を実施しています。
疑問・質問などありましたら、お気軽にスタッフまでおたずねください。