

第12回大石田町小学校 クロスカントリースキー大会

大石田町小学校クロスカントリースキー大会が2月2日（土）に町スポーツ広場で開催され、町内の小学5・6年生100人がタイムを競いました。



6年女子 2km

第1位	山田のん(大石田小)
第2位	齊藤菜乃果(大石田南小)
第3位	星川侑香(大石田北小)
第4位	小玉滯(大石田南小)
第5位	齋藤望彩(大石田北小)
第6位	横山遥菜(大石田南小)

5年男子 2km

第1位	伊藤姫々華(大石田南小)
第2位	伊藤凜(大石田南小)
第3位	八鍬七菜子(大石田南小)
第4位	早坂優那(大石田南小)
第5位	小林ほなみ(大石田小)
第6位	阿部和紬音(大石田小)



6年男子 2km

第1位	齋藤悠(大石田北小)
第2位	渡邊斗垂(大石田北小)
第3位	佐藤蓮(大石田北小)
第4位	永登拓海(大石田小)
第5位	高橋一成(大石田南小)
第6位	笹原耀(大石田南小)
第6位	菊地蓮太(大石田小)



総合型地域スポーツクラブ 大石田スポーツクラブ会員募集中！

スポーツに慣れ親しみ、健康づくり、体力づくりを行いませんか。大石田スポーツクラブでは新しい会員を募集中です。教室の見学と体験もできますので、興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

総合型地域スポーツクラブとは

健康の保持・増進、技術の向上、仲間づくりなど自分の目的に合わせて教室やイベントに参加できるスポーツクラブです。子どもからお年寄りの方まで誰もが「気軽に」「元気に」「楽しく」からだを動かし、スポーツやレクリエーションができます。

通年開催教室

年間を通して5つの教室を開催しています。



スポーツ吹矢教室

性別・年齢問わずゲーム感覚で楽しめます。吹矢式呼吸法による健康効果で精神力と集中力を高めます。

曜日・時間 第2・第4木曜日
午後1時30分～午後2時30分
場所 虹のプラザ中会議室

仕事帰りエクササイズ教室

仕事帰りのエクササイズで、日ごろのストレスを解消し、メタボ予防と改善を図りましょう。

曜日・時間 第1水曜・第3金曜日
午後8時～午後9時
場所 保健センター（虹のプラザ内）

ノルディックウォーキング教室

ポールを使って歩くことで全身の筋肉が刺激され、「歩きの質」が高まります。

曜日・時間 第2・第4火曜日
午前9時30分～午前11時
場所 集合：虹のプラザ

太極拳教室

有酸素運動で血流促進し、体力と代謝の向上を図ります。肩こりや腰痛にも効果があります。

曜日・時間 第1・第3火曜日 午前10時～午前11時
場所 虹のプラザ リハーサル室



※教室のほかに、会員以外の方も参加できるイベントの開催も予定しています。

キッズヒップホップ教室 **NEW!**

小中学生を対象に、基本から応用ステップまで丁寧に指導します。全身で表現するダンスの楽しさをいっぱい感じて踊りましょう。

曜日・時間 第1・第3水曜日 午後7時～午後8時
場所 保健センター（虹のプラザ内）

年会費・教室参加費について

クラブに入会するには以下の年会費と教室参加費が必要です。

年会費	○中学生以下	会費 200円 + 保険料 800円 = 1,000円
	○一般（64歳以下）	会費 450円 + 保険料 1,850円 = 2,300円
	○シニア（65歳以上）	会費 300円 + 保険料 1,200円 = 1,500円

教室参加費	1教室 1回あたり500円×年間24回（月2回）=12,000円
	※全額を一括で支払う場合、2,000円割引になります。（4回分お得です）
	※年度途中から参加する場合、教室の残回数×500円となります。

入会申し込み、お問い合わせは

大石田スポーツクラブ事務局 ■ 教育文化課 生涯学習グループ（虹のプラザ内） TEL 35-2094