

募集

市インディアカ交流会

□とき 7月15日(日) ▽受付
 午前8時半 ▽終了午後
 3時(予定)
 □ところ まきがね公園体育館
 □参加費 無料
 □内容 男女混合・女子・そ
 のほか混成に分かれたチーム
 でクラスに合せてゲーム。
 □申し込み・問い合わせ 7
 月6日(金)までに市インディア
 カ連絡会事務局 佐伯裕男☎
 27-3512、瀬久仁子
 ☎22-3223までお申し
 込みください。

市インディアカ連絡会加盟・協賛クラブのクラブ員募集一覧

クラブ名	代表者	連絡先	通常練習日	練習場所
東野インディアカ同好会	小林一雄	26-3139	水・日曜日 午後7時半～	東野小体育館
秋桜	曾我龍一	28-2706	水曜日 午後7時半～	武並小体育館
スリーシュガー	日笠政男	28-3065	木曜日 午後7時半～	三郷小体育館
YAMAOKA	松村通男	56-2260	木曜日 午後8時～	山岡B&G海 洋センター
ビートルズ	佐伯裕男	27-3152	火曜日 午後7時半～	恵那北小体育 館
ミルクイズ	牧野芳也	28-1105	月曜日 午後7時半～	野井トレーニ ングセン ター
ファクトリーベ ア	小出弘美	23-2529	火曜日 午後7時半～	中野方小体育 館
ウーパルー パー	加藤雅也	0573-66- 2665	水曜日	神坂小体育館
REDエンジェ ルス	鈴木晴世	23-2008	水・木曜日 午後7時半～	中野方小体育 館
インディアカ同 好会	石田恭子	26-1316	火曜日 午後1時半～	市民会館
オリーブ	小林敦子	25-2504	木曜日=午前 金曜日=午後 7時半～	(木)=まきがね 公園体育館 (金)=市民会館

第3回市水泳カーニバル

□とき 9月1日(土) ▽開会
 式 午前9時15分 ▽競技開
 始 午前10時
 □ところ 恵那北小学校プー
 ル
 □対象 市内小中学生
 □競技方法 各種目別タイム
 レース
 □申し込み 各小中学校で配
 布する申込書を各小中学校へ
 提出してください。
 □問い合わせ まきがね公園
 体育館 藤井☎25-647
 8

お知らせ

夏だプールへ行こう

山岡B&Gプールと明智B
 &Gプールが6月9日にオー
 プンしました。
 上矢作プールは6月30日に
 リニューアルしてオープンす
 る予定です。それぞれの施設
 の営業時間と料金は次のとお
 りです。

●全館共通
 月曜日は休館日となりま
 す。教室などにより個人利用
 できない場合もあります。詳
 しい営業時間については各施
 設にお問い合わせください。

■山岡B&Gプール(☎56
 -2390)
 □期間 9月2日(日)まで
 □時間 午前9時～午後5時
 □料金 ▽大人 250円
 ▽子供 150円
 ■明智B&Gプール(☎54
 -2522)
 □期間 9月2日(日)まで
 □時間 午前9時～午後5時
 □料金 ▽大人 200円
 ▽子供 50円
 ■上矢作プール(スポーツ課
 ☎43-2111 内線22
 1)
 □期間 6月30日(土)～9月9
 日(日)
 □時間 午前9時～午後5時
 ※変動あり
 □料金 ▽大人 200円
 ▽子供 50円

健康体力センター講習会(7月)
 ▷とき=4日(水)・19日(木)午前10時
 ～(託児付き)、11日(水)・26日(木)
 午後7時～ ▷ところ=まきがね
 公園体育館健康体力センター
 ▷受講料=520円 ▷持ち物=屋内
 用シューズ、運動着、筆記用具
 ▷受講資格=高校生以上(要予約・
 時間厳守)

託児付きトレーニングDAY(7月)
 ▷とき=13日(金)、27日(金)午前10
 時～正午(要予約、予約受付は6
 月20日午前9時から行います)

プチ健康講習会(7月)
 要申し込み。器具など使用する
 講習は定員になり次第締め切り。
 ▷とき=毎週金曜日・午前10時～
 10時半 ▷ところ=まきがね公園
 体育館 ▷内容=6日・ココから
 体操、13日・エクササイズボール
 (託児付き)、20日・ストレッチ
 ポール、27日・エクササイズボ
 ール(託児付き)

社会体育施設の貸し出し(7月)
 ▷とき=6月26日(水)午後7時～
 ▷ところ=まきがね公園体育館
 (翌日からは午前8時半から午後
 5時までの受け付け可)

□申し込み・問い合わせ
 まきがね公園体育館(市体育連盟)
 ☎25-6478

総合型地域スポーツクラブ

えな花のホスポートクラブ

◆3B体操教室

運動不足や転倒防止のため
 に、筋力をつけておきたい方
 に最適な教室です。
 □とき ▽1回目 7月4日
 (水)午後2時～3時 ▽2回目
 8月29日(水)午後2時～3時
 ※どちらか1回だけの参加も
 受け付けます
 □ところ 中公民館
 □対象 55歳以上の男女20人
 □指導者 安藤淑子先生
 □受講料 1人1回500円
 (当日支払い)

◆小学生水泳教室

□持ち物 タオル、飲み物、
 シューズ
 □とき 7月29日(日)午前9時
 ～11時
 □ところ 長島小学校プール
 □対象 小学生男女30人
 □指導者 恵那西中学校教諭
 (加藤望、広瀬学)
 □受講料 1人300円(当
 日支払い)
 □持ち物 水泳道具
 ●共通

えなイースト総合スポーツクラブ

◆カヌー教室

初心者用の教室です。安心
 してお申し込みください。
 □とき 7月15日(日)午前10時
 ～11時半
 □ところ 阿木川ダム湖
 (喫茶店イエローを右折後、
 パターゴルフ場駐車場までお
 越しください)

◆陸上教室

※定員になり次第締め切り
 □締め切り 6月25日(月)
 □申し込み 7月22日(日)午前9時
 □受講料 ▽会員 無料 ▽
 非会員 2000円(当日支
 払い)
 □持ち物 着替え、ぬれても
 良い靴
 □申し込み 6月25日(月)
 ※定員になり次第締め切り
 □申し込み 7月22日(日)午前9時

山岡健康増進センター

◆全教室共通

TEL 56-4066
 □申し込み 6月20日(水)～27
 日(水)(電話での申し込み可。
 定員になり次第締め切り)
 ※申し込み後の開催通知はし
 ませんのでご了承ください
 □施設利用料 受講料と別に
 必要。一般1回300円

アクアピクス教室

□とき ①7月3、10、24、
 8月14、21、28、9月4、11
 日 火曜日 午後7時半～8
 時半(全8回) ②7月5、
 12、19、26、8月16、23、30、
 9月6、13、20、27日 木曜
 日 午後7時～7時40分(全
 11回) ③開催日は②と同じ
 午後7時50分～8時半(全11
 回)
 □定員 各18人
 □持ち物 水着、スイミング
 キャップ

バランスボール教室

□受講料 500円
 □とき ▽7月3日(火) 午後
 5時45分～6時半 ▽7月4
 日(水) 午後1時半～2時15分
 ▽7月27日(金) 午後1時半～
 2時15分 ▽7月31日(火) 午
 後6時半～7時15分
 □定員 各10人
 □講師 施設職員
 □受講料 無料
 水中歩行・ヌードル教室
 ヌードルとは、棒状の浮き
 具をいいます。

山岡健康増進センター

◆全教室共通

TEL 56-4066
 □申し込み 6月20日(水)～27
 日(水)(電話での申し込み可。
 定員になり次第締め切り)
 ※申し込み後の開催通知はし
 ませんのでご了承ください
 □施設利用料 受講料と別に
 必要。一般1回300円

リラクゼーションヨガ教室

□とき 7月4日～9月26日
 水曜日(8月15日を除く)午
 前10時半～正午(全12回)
 □定員 15人
 □持ち物 タオル
 □講師 鶴飼千代(NPO法
 人日本YOGA連盟指導員)
 □受講料 6000円
 ゆったりヨガ教室
 □とき 7月13日(金)午後7時
 ～8時
 □定員 20人
 □持ち物 タオル、飲み物
 □講師 MAYUMI

サードル教室

□受講料 500円
 □とき ▽7月6日(金) 午後
 1時半～2時10分 ▽7月20
 日(金) 午後1時半～2時10分
 ▽7月31日(火) 午後7時半～
 8時10分
 □定員 各15人
 □持ち物 水着、スイミング
 キャップ
 □講師 施設職員
 □受講料 無料
 サードル教室
 □とき 7月11日(水)、18日
 (水)、25日(水)午後1時半～2時
 10分
 □定員 各15人
 □講師 施設職員
 □受講料 無料