

募 集

プチ健康講習会

開催日ごとに内容の異なる講習会のため、都合に合わせて参加できます。なお参加者多数のため、事前受け付けが必要になりました。器具などを使用する講習は、定員になり次第締め切ります。

□とき 12月1日～22日（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 1日「エクササイズボール 8日「ストレッチボール 15日「チューブエクササイズ 22日「ココ

トレーニング講習会（12月）
▷とき = 1日（金）、14日（木）午後7時～、20日（水）午前10時～、6日（水）午前10時～（託児付）▷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（12月）
▷とき = 7日（木）、15日（金）午前10時～正午（要予約、受け付けは11月21日午前9時から行います）
社会体育施設の貸し出し（12月）
▷とき = 11月28日（火）午後7時～▷ところ = まきがね公園体育館（翌日から午前8時半から午後5時まで電話での受け付け可）

平成18年度恵那市スポーツ指導者養成講習会

恵那市内でスポーツ活動にかかわっている方、子どものスポーツ活動にかかわっている方、これからかわるうとしての方を対象に指導者養成講習会を実施します。

□とき 12月6日（水）、13日（水）、20日（水）、1月17日（水）、24日（水）午後7時～8時半（全5回）
□ところ・内容 恵那スケート場「スポーツ総論、発育・発達と加齢、指導者の役割 割 まきがね公園「トレーニングの方策、安全のための方策
□講師 小栗碩石、中嶋厚、渡辺卓哉、足立真司、市消防本部
□資格認定 受講修了者には、指導者証ならびにスポーツボランティア登録証を発行し、恵那市スポーツ指導者・スポーツボランティアバンクに登録します。
□受講料 無料
□定員 約30人
□申し込み まきがね公園体育館へ所定の用紙に必要事項を記入の上、申し込み。☎25-7256または taien@enak.org
□締め切り 11月26日（日）（定員になり次第締め切り）
□問い合わせ 市体育連盟事務局 大嶋・藤井 ☎25-6478

カーリング体験教室

□とき 12月2日（土）午前9時半～11時半
□ところ 恵那スケート場
□内容 カーリングの基礎知識、歩き方、投球方法、模擬競技
□参加資格 小学校4年生以上
□参加費 無料
□定員 50人（定員になり次第締め切り）
□持ち物 運動靴、手袋、運動のできる服装
□申し込み 11月24日（金）から電話で受け付け開始（午前9時～午後5時）
□申込先・問い合わせ 恵那スケート場 ☎28-3390、まきがね公園体育館 ☎25-6478

成績

06レクスボエなフェスティバル

10月9日、まきがね公園で06レクスボエなフェスティバルを開催しました。体育館アリーナで小学生ドッジボール交流会、2階で体力測定、多目的広場でストラックアウト、スピードガンコンテスト



第2回恵那市民テニス大会
10月22日、第2回恵那市民テニス大会がまきがね公園テニスコートで開催されました。結果は次のとおりです。
男子ダブルスAクラス優勝「曾我康史・大石秀樹 女

子ダブルスAクラス優勝「勝ツヤ子・原美幸 男子ダブルスBクラス優勝「尾関陽介・大塚健司 女子ダブルスBクラス優勝「山内照子・岡本利恵子

ソフトバレーボール交流会

10月22日、まきがね体育館でソフトバレーボール交流会が開催されました。参加33チームを6ブロックに分けてリーグ戦を行い、それぞれのブロック優勝者による決勝トーナメントを行いました。結果は次のとおりです。

優勝「ア・ネ・ゴ（山岡町）
準優勝「E-DASH A（中野方町） 3位「E-DASH B（中野方町） 4位「山岡町原凸凹A

第2回恵那市民体育大会

市内各町対抗で行われる第2回恵那市民体育大会のゲートボール大会が10月12日に、家庭婦人バレーボール大会と柔道大会が10月23日に開催されました。結果は次のとおりです。
■ゲートボール 優勝「飯地町 準優勝「上矢作町

第3位「東野

■柔道競技 優勝「長島町 準優勝「山岡町 第3位「大井町

■家庭婦人バレーボール競技 優勝「大井町 準優勝「長島町 第3位「明智町

第2回恵那市事業所対抗レクリエーションバレーボール大会

10月13日、20日、27日、第2回恵那市事業所対抗レクリエーションバレーボール大会が、まきがね公園体育館で開催されました。結果は次のとおりです。

優勝「里の菓工房 2位「日笠製袋 3位「明日香苑・恵那市役所

総合型地域スポーツクラブ各種教室参加者募集

えなイースト・えな花の木スポーツクラブ

●ソフトテニス教室
日本体育協会公認スポーツ指導者、ヨネックス所属選手、ナガセケンコー所属選手を招き、ソフトテニス教室を開催します。ソフトテニスを始めたいと思っている方、今

の技術をさらに向上させたいと思っている方、ぜひ、この機会に指導を受けてみてはいかがでしょうか。

□とき 11月25日（土）、26日（日）午前9時～午後4時（雨天中止）
□ところ まきがね公園テニスコート
□参加費 1人500円（当日受付支払い）
□対象 小学校1年生～中学校3年生 25日は小学生、26日は中学生

□持ち物 ラケット（貸出有り）、テニスシューズ、運動のできる服装、昼食
□申し込み 小学生個人参加は、まきがね公園体育館へ電話で申し込み。クラブ単位で参加する場合は、取りまとめて申し込み。中学生は学校ごとに取りまとめてFAXで申し込み。☎25-6478 ☎25-7256

□締め切り 11月21日（火）
□問い合わせ えな花の木スポーツクラブ事務局長 小倉建二 ☎090-4162-9105 市ソフトテニス連盟事務局 可知信幸 ☎090-8679-5589

●初心者のためのスケート教室

恵那東中学校区の小中学生を対象に、恵那市スケート連盟の指導者の方々に協力していただき、初心者のためのスケート教室を計画しました。

□とき 12月9日（土）午前9時～正午（雨天中止）
□ところ 恵那スケート場
□参加料 1人1300円（入場料、貸し靴代、指導料、保険料）靴を借りない方は800円（当日受付支払い）
□対象 恵那東中学校区の小中学生（保護者や付き添いの方は、入場料100円必要）

□持ち物 手袋、タオル、飲み物、スケートのできる服装
□申し込み・締め切り 12月1日（金）までにまきがね公園体育館へ電話で申し込み ☎25-6478 靴を借りる方は申し込み時に靴のサイズを教えてください。

□問い合わせ えなイースト総合スポーツクラブ事務局長 松下恵二 ☎090-4795-3911

ト、キックターゲット、グラウンドゴルフ、野球場ではアーチェリー教室、そのほかにもソフトテニス教室や弓道教室と、体育の日にちなんだイベントを行いました。

小学生ドッジボール交流会の結果は次のとおりです。
小学生2～4年生の部優勝「中野方スポーツ少年団 小学生5・6年生の部優勝「山岡小ロッキーズ

山岡健康増進センター

TEL 56-4066

山岡健康増進センターで運動体験してみませんか。

生活習慣病、転倒予防に良い運動として、水中での基本歩行や、簡単な筋トレを行います。

□とき 12月1日 12月8日 12月15日 金曜日
□ところ 山岡健康増進センター
□内容 午後1時40分～2時20分「水中歩行、水中運動 午後2時40分～3時「ストレッチ、筋力トレーニング（希望者のみ）
□講師 施設職員
□受講料 無料
□施設利用料 一般1回300円

□定員 各15人
□持ち物 水着、スイミングキャップ、タオルなど
□申し込み 11月22日（水）～28日（火）電話での申し込み可。定員になり次第終了）
申し込み後の開催通知はしませんのでご了承ください。