



案内

恵那スケート場夏季営業スタートイベント

クリスタルパーク恵那スケート場の夏季営業が始まります。期間中、外側400メートルのリンクはインラインスケート場に、内側はフットサルコートになります。各種大会などに利用ください。25日(出)

募集

市スポーツ少年団の団員

と26日(日)は、スタートイベントとしてインラインスケートの滑走料を無料にします。
 □とき 4月25日(土)、26日(日) 午前8時半～午後5時
 □ところ 恵那スケート場
 □内容 ▽インラインスケートⅡ滑走無料(貸し靴代500円は必要) ▽インラインスケート無料教室Ⅱ26日(日) 午前10時半～午後1時半、各50人(先着順)
 恵那スケート場 281-3390 (月曜日休館)

市内には、野球やサッカー、

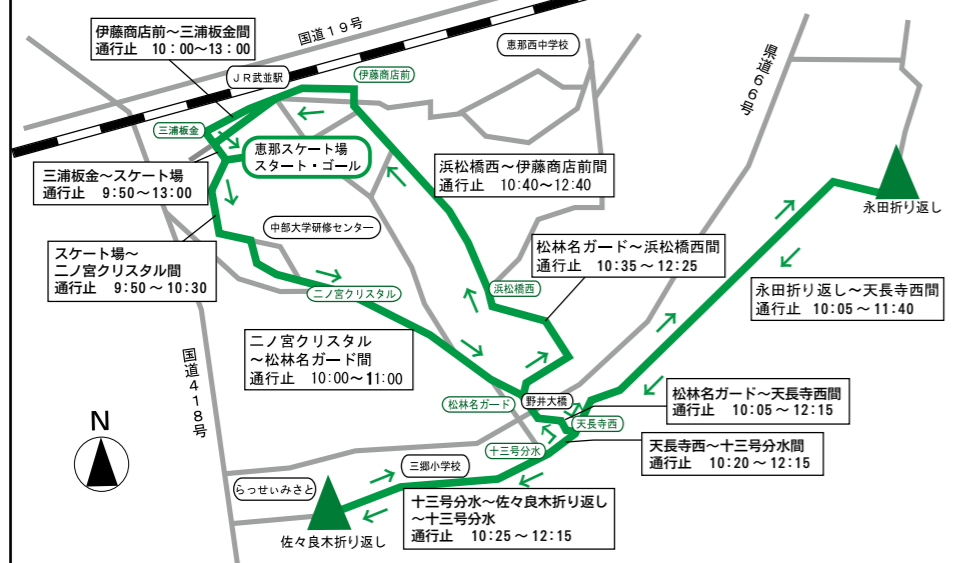
健康体力センター講習会 (4月)
 ▷とき=8日(木)・24日(金)午後7時、2日(木)・16日(木)午前10時(託児付) ▷ところ=まきがね公園健康体力センター ▷料金=520円 ▷持ち物=屋内シューズ ▷対象=高校生以上(要予約・時間厳守)
託児付きトレーニングDAY (4月)
 ▷とき=2日(木)・16日(木)午前10時～正午(要予約) ▷ところ=まきがね公園健康体力センター
プチ講習 (4月)
 ▷とき=3日(金)(ストレッチポール)、10日(金)(ノルディックウォーキング)、17日(金)(バランスボール)、24日(金)(筋トレ) 午前10時～10時半 ▷ところ=まきがね公園健康体力センター ▷料金=200円/回
体育施設の貸し出し抽選日(4・5月)
 ▷とき=3月20日(金)(4月分)、4月21日(火)(5月分)、午後7時 ▷ところ=まきがね公園健康体力センター
 恵那スケート場 281-3390 (月曜日休館)

スポンジテニス春季大会の参加者

女子ダブルスカ混合ダブルスで行うスポンジテニス大会の参加者を募集します。
 □とき 4月26日(日)午前9時
 □ところ まきがね公園健康体力センター

交通規制に協力ください (第14回恵那峡ハーフマラソン)

□とき 4月19日(日) ▷通行止め=午前9時50分～(随時解除) ▷一方通行(スケート場周辺)=午前7時～午後2時ごろ (通行止め時間帯を除く)
 恵那峡ハーフマラソン実行委員会(まきがね公園健康体力センター) ☎25-6478



各種教室の受講者を募集
アクアビクス教室
 □とき 4月1日～5月27日(4月29日、5月6日を除く) 毎週水曜日 午後7時50分～8時40分(全7回)
 □定員 25人
 □持ち物 水着、水泳帽子
 □講師 笹木美穂さん
 □料金 3500円
ピラティス教室
 □とき 4月3日～5月29日(毎週金曜日) 午後7時～7時50分(全9回)
 □定員 25人
 □持ち物 靴、タオル
 □講師 笹木美穂さん
 □料金 4500円
体リフレッシュヨガ教室
 □とき 4月7日～5月26日(4月14日、5月5日を除く) 毎週火曜日 午後1時半～3時、4月16日(木)午前10時半～正午(全7回)
 □定員 20人
 □持ち物 5本指靴下、タオル、飲み物

らっぽ (楽歩)
 山岡健康増進センター
 TEL 561-4066

クリスタルカップフットサル大会の参加者
 □とき 4月26日(日)午前9時
 □ところ 恵那スケート場
 □対象 中学生以上

【各地域のスポーツ少年団】

名称	練習日	ところ
大井	毎週土曜日午後1時半	大井第二小学校グラウンド
大井第二	毎週土曜日午後1時半	大井第二小学校グラウンド
長島	毎週土・日曜日午後1時	長島小学校グラウンド
東野	毎週土曜日午前9時	東野小学校グラウンド
三郷	毎週土・日曜日午前9時	三郷小学校グラウンド
武並	毎週土曜日午前9時	武並小学校グラウンド
恵那北	毎週土・日曜日午前9時	恵那北小学校グラウンド
中野方	毎週土・日曜日午前8時半	中野方小学校グラウンド
岩村	毎週水・金曜日午後7時 毎週土曜日午前9時	岩村小学校グラウンド
山岡	毎週土・日曜日午前中	山岡小学校グラウンド
明智	毎週火・木曜日午後5時 毎週土曜日午前9時	明智小学校グラウンド

総合型地域スポーツクラブ
えなイースト総合スポーツクラブ
 森高子バレエ教室
 □とき 4月10日～24日(毎月)

□講師 鶴飼千代さん
 □料金 3500円
 □とき 4月8日、22日、5月13日、27日(毎週水曜日) 午後7時～7時40分(全4回)
 □定員 20人
 □持ち物 靴、タオル
 □講師 笹木美穂さん
水中運動教室(水曜日昼)
 □とき 4月1日～5月27日(4月29日、5月6日を除く) 毎週水曜日 ①午後1時半～2時 ②午後2時20分～2時50分(全7回)
 □定員 各25人
 □持ち物 水着、水泳帽子
 □講師 施設職員
水中運動教室(夜)
 □料金 無料
 □とき 4月9日、23日、5月14日、28日(毎週木曜日) 午後7時40分～8時10分(全4回)

□定員 25人
 □持ち物 水着、水泳帽子
 □講師 施設職員
 □料金 無料
介護予防事業「筋トレを暮らしの中に」
 □とき 4月10日～5月15日(毎週金曜日) 午後1時半～2時半(全6回)
 □対象 市民
 □定員 20人
 □料金 3000円
 □講師 前田芳美さん
全教室共通
 □申し込み方法 直接か電話で申し込む
 ※「水中運動教室」と「筋トレを暮らしの中に」は、本人が申し込んでください。各教室とも先着順で締め切りです。1人で複数人の申し込みはできません。また申し込み後の開催通知は行いません
 □受け付け開始 3月25日(水) 午前10時
 ※水中運動教室(水曜日昼)は3月26日(木)から、筋トレを暮らしの中には3月31日(火)から
 □施設利用料 一般300円/回、小中学生150円/回

回金曜日) ※毎月3回開催
 □対象・時間 ▽幼児クラス(年少～年長の園児) 11午後4時～5時 ▽ジュニアクラス(小学生以上) 11午後5時～6時半
 □定員 各10人程度(定員になり次第締め切り)
 □講師 杉山愛実さん
 □料金 3000円/月(会費料金)
 ※体験も可(500円が必要)
ダンスクラブ(幼児クラス)
 □とき 4月14日、28日(毎週火曜日) 午後4時～4時40分
 ※毎月2回開催
 □対象 年少～年長の園児
 □講師 SANA Eさん
 □料金 3000円/月(会費料金)
 ※体験も可(500円が必要)。その他のクラスについても気軽に問い合わせください
共通
 □ところ 恵那文化センター
 □持ち物 タオル、飲み物
 □講師 えなイースト総合スポーツクラブ ☎25-1006
 8(平日午前10時～午後3時)

学び 高齢者 子育て スポーツ くらし 相談 いみ 健康