

～スポーツから笑顔が生まれるまちづくり～

■問・申し込み 東松島市体育協会 ☎82-9030 平日 9時～17時

## スポーツ健康都市東松島市ランニングクリニック

開催日時 11月29日(日) 受付開始 9時～9時40分 講習開始 10時～12時

場所 鷹来の森運動公園屋外運動場

※雨天時 屋内運動場 A 棟

参加対象 東松島市内小学生・中学生・高校生・一般の方

受講料 無 料

講習種目・定員数(定員になり次第締切となります)

① 短距離走 募集定員 50名程度

② 長距離走 募集定員 50名程度

講師 さかもと かな  
坂本 佳那氏  
たきがひら あこ  
滝ヶ平 亜子氏

参加申込書は

●東松島市体育協会(市民体育館)

●各市民センター

●体育協会ホームページ

(www.h-taikyo.jp)よりダウンロード

上記の方法で入手できます。

詳細をご記入の上、体育協会窓口又は  
FAX(82-1170)にてお申し込みください。

## スポーツセミナー開催のお知らせ

## 参加者募集

体育協会では仙台大学の先生を講師にお招きし下記セミナーを実施します。オンライン方式での講習もありますので市民の方の参加をお待ちしています。

日時	テーマ	講師	内容	講習方法
11月9日(月) 19時～20時30分	新型コロナウイルス感染対策として自宅でできるステイホームトレーニング	やまぐち たかひさ 山口 貴久氏	・運動・体を動かす大切さを知る ・トレーニング事例(部位ごと・年齢別)	対面方式 (感染状況によりオンライン開催に変更になる場合もあります)
12月1日(火) 19時～20時30分	新型コロナウイルス感染症対策とスポーツ活動再開について	はしもと みのる 橋本 実氏	スポーツ活動再開においてガイドラインの再確認と、感染対策手段・方法等再開の留意点について	会場と大学とのオンライン方式

◆会場：東松島市コミュニティセンター2階会議室

◆参加対象：東松島市民の方

◆定員：各セミナー20名程度(定員になり次第締切となります)

◆料金：無 料

◆申込方法：体育協会窓口または電話にて申し込みください。(平日9時～17時)

※新型コロナウイルス感染拡大の影響により中止となる場合がありますので予めご了承ください。