

～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

歩くクロスカントリー ～地元で遊ぼう～

正しい歩き方を学び、実際のクロスカントリーコースを歩きます。

- 日 時 11月26日(土) 9時～11時 受付 8時40分から
- 集合場所 鷹来の森運動公園屋内運動場 A 棟
- 講 師 さかもとかな 坂本佳那氏 (一社)足管理健康協会認定ウオーキングセラピスト
- 料 金 1人500円 (保険料含む) ※当日支払い
- 定 員 30名(一般、親子参加可)
- 持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物、マスク(スポーツ中以外はマスク着用)
- 申込方法 東松島市体育協会へ TEL か FAX(事前受付)
- 申込期限 11月22日(火) ※定員になり次第締切
- 問合せ NPO 法人東松島市体育協会 TEL82-9030(平日9時～17時) FAX82-1170

きつず広場開放日

11月、12月のきつず広場開放日のお知らせです。

文部科学省の「幼児期運動指針」では、幼児期は様々な遊びを中心に毎日60分以上体を動かす事が大切としています。体を動かして遊ぶ場所や機会が減りつつあり運動不足が心配な家庭も少なくないと思います。市民体育館では色々な遊具を取り揃え様々な動きを体験することができます。金曜日は「きつず広場」へ、レッツゴー！

- 対 象 未就学児とその保護者
 - 日 時 金曜日 9時～11時30分
 - 場 所 東松島市民体育館アリーナ AB コート
 - 利用料 保護者 1人200円 (市外600円)、未就学児無料
 - 持ち物 上靴 (まだ履けないお子さんは必要ありません)・飲み物・タオル
- ※保護者同伴が利用条件です。

※祝日、行事、新型コロナウイルス感染拡大等でお休みになることがあります。



○・・・開放予定日