

生涯スポーツニュース

令和7年10月1日 392号 発行(一財)金ヶ崎町生涯スポーツ事業団 ☎0197-44-5600・01 FAX44-5602
ホームページ <http://mori-sc.net> メール morispo-park@violin.ocn.ne.jp

第3期水泳教室参加者を募集中!!

《各クラス空き状況が異なります。詳細は、電話にてお問合せください》

自信に繋がる!!
たのしいよ~

●めだかスイミング (対象:町内在住の幼児)



ウキウキクラス(1時間)

3時~/4時15分~

スイスイクラス(1時間)

4時15分~

★料 金 : 7,000円 (施設利用料込) ★定 員 : 各クラス10名

※ウキウキクラスは、初めての参加者、水が苦手なお子さんのクラス

スイスイクラスは、ウキウキクラスの進級者が対象です

●イルカスイミング (対象:小学生/メドレーのみ泳力合格者の中学生可)

☆水慣れクラス(ふし浮き、ポビング移動)

《金曜日4時 土曜日2時》

☆基礎クラス(面かぶりキック、背面キック)

《金曜日4時/5時/6時 土曜日2時/3時/4時》

☆基本クラス(クロール、背泳ぎ)

《金曜日5時/6時 土曜日3時/4時》

☆泳力クラス(クロール、背泳ぎ、平泳ぎ)

《金曜日5時/6時 土曜日3時》

☆メドレークラス(バタフライ・個人メドレー)

《木曜日6時 土曜日5時》



定 員 : 水なれ・基礎クラス/10名 基本・泳力・メドレー/14名 料金 : 4,900円 (施設使用料別途)

森山スポーツ感謝祭

施設無料開放 Day(個人利用時に限る、球場不可)



10月13日(月)9:00~18:00(プール利用9:30)

先着100名様
飲料水プレゼント(施設利用者)

※小学3年生以下のプール利用は、必ず保護者との入水が必要です
また、利用時は水泳キャップと水着を着用ください

予約受付中



ヨガ教室(定員:20名)

《13:50~14:50》

対象:高校生以上(持ち物なし)



SUPレッスン

要予約!希望の時間帯に申込み下さい

①10:00~ 小学生以上/定員6名

②10:50~ 《40分間レッスン》

定員に達していない場合は、当日参加可

自由遊泳コーナー

《10:00~11:30》

対象:幼児(おむつが外れた子)~
日頃使用できない遊具をご用意
浮き輪の持込みもOKです



予約受付中



フローピラティス教室(定員:20名)

《15:00~16:00》

対象:高校生以上(持ち物なし)



みんなでワイワイ バドミントン&卓球コーナー

《9:00~16:30》 ※制限時間30分

当日予約表に記入後、ご利用いただけます



10月19日(日)

(受付 8:30~/9:15スタート)

金ヶ崎町健幸ポイント

100P 進呈!

血管年齢測定
サービスあり!

内容

持ち物

- ・ゆっくりウォーク
- ・3km コース
- ・しっかりウォーク
- ・5km コース
- ・飲み物
- ・帽子
- ・タオル
- ・雨具
- ・保険証のコピー



爽やかウォーク
赤気と元気100歳おぼ

集合場所

森山総合公園陸上競技場

参加料

無料

事前申込の方
参加賞あり!

スケジュール

- 8:30 受付
- 9:00 ラジオ体操
- 9:05 出発式
- 9:15 スタート

定員

100名程度

申込期限

令和7年10月12日
※定員に満たない場合
当日受付可

・雨天中止(小雨決行)の決定は、
当日の午前7時30分に行います。

初心者大歓迎!! Let's Play Soccer <<受講料無料>>

サッカー大好き教室 会場: 森山総合公園陸上競技場

開催日 10月26日(日) ※雨天中止

受付 9:30~ 開講式 9:50~ 教室時間 10:00~11:30 (終了後閉講式)

指導者: 遠田 晃司氏 日本サッカー協会 公認コーチ

対象者: 金ヶ崎町内の小学1~3年生(先着30名)

申込方法: 10月24日(金)までにフロントにて申込み下さい ※定員に達し次第終了

その他: スパイク不可 各自、飲料水をご準備下さい

<<スタジオレッスンプログラム>>

(受講料 830円 施設使用料 260円)

●JAMAICAN RIDDIM【19:15~20:15】

10月6日・20日(各月曜日)

●リズム体操【11:00~12:00】

10月25日(土曜日)

●ずっきりヨガ【10:00~11:00】

10月8日・15日・22日・29日(各水曜日)

●Jr.HIP HOP【18:00~18:45】

10月4日・11日・18日・25日(各土曜日)

受講料 小中学生510円 高校生620円

<<健康増進事業 バレトン&ヨガ教室>>

町民は受講料無料!町外の方は、受講料500円
どちらも、別途スタジオ使用料260円がかかります

●バレトン教室(木): 10月16日・23日

●ゆったりヨガ(金): 10月3日・10日・17日

<<19:00~20:00>>

<<森山パークゴルフ同好会コンペ男女結果>>

【第9回/9月10日開催】

男子 第1位 小野寺 憲二 女子 第1位 及川 政子

第2位 渡辺 明男 第2位 高橋 百合子

第3位 田口 房男 第3位 菊地 悦子

【第10回/9月26日開催】

男子 第1位 田口 幸満 女子 第1位 高橋 百合子

第2位 小野寺 憲二 第2位 及川 政子

第3位 田口 房男 第3位 及川 侑子