

スポーツ



南魚沼市スポーツ協会講習会
「熱中症予防対策について」

問・申 市スポーツ協会事務局
(市民会館内)

☎773・6630

参加したことがある人、初めての人など誰でも大歓迎です。熱中症について正しく学びましょう。

日 5月30日(火)

午後6時30分～8時(予定)

会 南魚沼市消防本部2階

大会議室

定 30人(先着順)

費 無料

講 南魚沼市消防本部 救急救命士

持 筆記用具

☎ 5月26日(金)

第19回さわやかジョギング大会参加者募集

問 生涯スポーツ課

☎773・6630

さわやかな風を感じながら、新緑の八色の森公園を家族や友人と走りませんか。

部門・男女別に上位6位まで表彰します。また、景品が当たる抽選会もあります。ぜひご参加ください。(健康ポイント対象イベント)

日 6月4日(日)

午前9時30分スタート(雨天決行)

会 八色の森公園周辺

特設コース

部門

- ・チビっ子の部(約500m)
- ・小学4年生以下の部(約900m)
- ・一般2km、5kmの部

資

- ・チビっ子の部…4歳～小学2年生以下
- ・小学4年生以下の部…小学4年生以下
- ・一般2kmの部…小学生以上
- ・一般5kmの部…中学生以上

費

- ・中学生以下…500円
- ・高校生・一般…1,000円

☎ 5月19日(金)

申 生涯スポーツ課(市民会館内)、大和・塩沢公民館、デイスポート南魚沼、南魚沼市トレーニングセンター

最少催行人数

100人



南魚スポーツパラダイス

公益財団法人 南魚沼市文化スポーツ振興公社 スポーツ振興係

ディスポート南魚沼

5月の休館日

8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)

〒949-6611 南魚沼市坂戸372 ディスポート南魚沼内 ディスポート☎773・6620 スポパラ☎773・3210

スラックライン講習会

基礎講習会です。やってみたい、やり方がわからない人、まずは講習会に参加してみませんか。大人も子ども也大歓迎です。

日 5月17日(水) 17:30～18:30 ※雨天中止

対 だれでも(未就学児の場合は、保護者の付き添いが必要)

定 10人 受講料 会員：無料、一般：200円

※受講料のほかに施設利用料100円が別途必要(定期券可)

持 運動着、運動靴、タオル、飲み物

トレーニングマシン使用法講習会

油圧抵抗式マシンの使い方の説明会です。マシンはだれでも簡単に利用できます。

日 5月14日(日) 12:00～13:30

対 中学生以上 定 6人(先着順)

受講料 会員：無料、一般：200円

※受講料のほかに施設利用料300円が別途必要(定期券可)

持 運動着、室内用シューズ、タオル、飲み物

共通事項 申 ディスポート南魚沼(電話申し込み可)

10言語対応「市報みなみ魚沼」デジタルブックで配信中!



Delivering Multi Languages!



This Public relations magazine can be read in 10 languages

- ◆ブラウザでもアプリでも、スマホやタブレットで読める
- ◆読みやすいUDフォントで読めて、サイズも調整できる
- ◆動画や写真も楽しめる
- ◆10言語で読める・聞ける(音声読み上げ対応※)

無料 FREE APP



※ベトナム語、一部ブラウザ版は音声読み上げに対応していません。音声読み上げには、無料アプリ(カタポケ)のインストールが必要です。