

久喜東シニア健康体操 体験教室

高齢者におすすめの「バランスアップ」運動を中心とした健康体操です。音楽に合わせて楽しく体力づくりをします。

日時 4月25日(水) 受け付け9時30分/10時/11時30分
場所 地域交流センター(青葉団地郵便局前)
講師 森啓子さん(日本体育協会公認スポーツプログラマー)

定員 15人(当日会場先着順)
費用 無料
持物 タオル、飲み物、動きやすい服装

問合せ NPO法人スポーツコミュニティ久喜東 松島 090・9300・8590(土・日曜日、祝日を除く10時~16時)/Eメール sportskh@qb3.so-net.ne.jp
※この事業は埼玉県スポーツ指導者等派遣事業の助成を受けて実施します。

ハイキング

日程 ①5月13日(日) 9時集合 市内約2時間のハイキング ②5月20日(日) 8時30分集合 栃木県みかも山約4時間のハイキング
※②は市バスを利用

集合場所 ①②とも菖蒲温水プール(アクレ)

対象 18歳以上の市内在住者で①②とも参加できる方

定員 30人(申込順)

費用 200円(写真代等)

持物 運動のできる服装、滑りにくい靴、帽子、タオル、レジャーシート、雨具、飲み物、昼食(②のみ)

主催 久喜市教育委員会、久喜市体育指導委員協議会(菖蒲地区)

申込期間 4月25日(水)~30日(休)

申込方法・問合せ 申込書・菖蒲温水プールで配布)に必要な事項を記入の上、費用を添えて、同プール(☎87・2616)へ

ランニング・ジョギング 体験教室

日時 5月12日(土) 14時30分

青葉公園集合/15時~16時30分

※雨天の場合は5月19日(土)

対象 ランニング・ジョギング初心者

講師 高橋秀夫さん(元長距離選手・公認陸上指導員)ほか

定員 20人(超えた場合抽選)

費用 無料

持物 タオル、飲み物、運動のできる服装、靴、帽子

申込期限 5月7日(月)

申込方法・問合せ 電話またはEメール(住所・氏名・学年・

電話番号を記入)で、NPO法人スポーツコミュニティ久喜東 松島(☎090・9300・8590 土・日曜日、祝日を除く10時~16時/Eメール sportskh@qb3.so-net.ne.jp)へ
※この教室は平成24年度スポーツ振興くじの助成を受けて実施します。



卓球教室

日程 6月2日~7月14日 毎週土曜日 全7回 18時~20時

場所 栗橋B&G海洋センターアリーナ

講師 栗橋卓球連盟会員

対象 市内在住・在勤者

定員 20人(申込順)

費用 1000円(保険料等)

※教室初日に集金します。

持物 運動のできる服装、ラケット、体育館シューズ

申込期間 4月25日(水)~5月18日(金) 8時30分~21時(ただし、休館日は17時まで)

申込方法 申込書(同センターで配布)に必要な事項を記入の上、持参またはFAXで、栗橋B&G海洋センター(☎52・5510/FAX52・7889)へ

ベリーダンス教室

日程 6月10日・17日・24日 各日曜日 全3回 13時30分~15時

場所 栗橋いきいき活動センター1階 栗橋会議室101

講師 秋庭陽子さん(B・L・Cベリー愛コミュニティ)

対象 市内在住・在学中で小学4年生以上の初心者

定員 20人(申込順)

費用 無料

持物 腰にまける大きさのスカーフ(お持ちの方)

主催 久喜市栗橋文化協会
後援 久喜市教育委員会

申込期間 4月25日(水)~5月15日(火)

申込み 栗橋総合支所教育委員会栗橋分室(内線352)

問合せ 同文化協会事務局 大久保 ☎52・4747/☎090・4662・7982

健康的に美しく、3B体操で運動不足を解消しませんか。

3B体操ビューティアップ キャンペーン

日程・場所 ①5月7日(月)・14日(月) 10時~11時30分/花みずき会館 ②5月8日(火)・15日(火) 13時~14時30分/西公民館

後援 久喜市教育委員会

申込み・問合せ 同研究会事務局 久保 ☎21・3352

親子ふれあい見知

カブトムシ幼虫さがし、大好きなカブトムシを育ててみませんか。大事に育てられる方を対象とします。

日時 5月6日(日) 久喜東小学校9時集合/9時~12時

※小雨決行

対象 親子

定員 15組(申込順)

持物 軍手、バケツ、シャベル、タオル、帽子、飲み物等

主催 久喜市生涯学習まちづくり研究会

後援 久喜市教育委員会

申込期間 4月25日(水)~30日(休)

申込み・問合せ 同研究会事務局 久保 ☎21・3352