

10月

スポーツセンター

トレーニングルームだより

第10回市民体育祭
10月8日(日)

※雨天の場合は、9日(月・祝)に順延

会場:富士見公園グラウンド

開会式:午前8時45分～ 閉会式:午後4時00分(予定)

みんなで盛り上げましょう!是非、ご参加ください!

★同時開催★

第26回 羽村市健康フェア

「健康づくり あきずに無理なく 継続を」

時間:午前10時00分～午後2時00分

場所:富士見公園Cグラウンド、クラブハウス

医師による健康相談コーナー、血圧測定、体脂肪測定などがあります。

【お知らせ】

10月9日(月・祝)は
通常通り開館しております。
体を動かして、スポーツ
の秋を楽しみましょう♪



【お問合せ】

NPO 法人羽村市体育協会
TEL 042-555-1698
FAX 042-555-1699
E-mail taikyou-m@sage.ocn.ne.jp



HALLOWEEN エアロビクスカーニバル



10月28日(土)

ビギナーエアロビクス 9時45分~10時45分

エアロビクス1 11時00分~12時00分

(受付開始9時00分~)



2本続けて参加OK!

運動できる範囲の仮装OK!



会場：羽村市スポーツセンター第2ホール

対象：中学生以上の方

定員：なし

参加費：1レッスンにつき市内在住・在勤の方 100円 中学生50円
市外の方 150円 中学生70円



持ち物：トレーニングウェア、室内用運動靴、ふたつきの飲み物、タオル、ハロウィングッズなど

受付：参加費（現金のみ、チケット・回数券不可）をご用意のうえ、着替えを済ませて第2ホール前で受付 ※当日受付のみ



エアロビクス2は、通常通りスタジオでのレッスンです。
受付はチケット、回数券となります！
もちろん仮装も大歓迎です♪
みなさんのご参加お待ちしております！

