



高森町



スポーツバイキング

(定期開催スポーツレクリエーション教室)

参加者募集

スポーツバイキングとは、種目を限定せず、様々な種目のスポーツを楽しく行なうレクリエーションの機会です。いろいろなスポーツを楽しく程よく行なうことで、町民の皆様の健康維持・増進やストレス発散を目的としております。皆さまの参加をお待ちしております。

生活の中に
スポーツを！

Let's try!

日時

毎週火曜日と金曜日 19:00~20:30

場所

火曜日は、スポーツクラブA-BOX
金曜日は、高森高校第一体育館

対象

高森町在住18歳以上の方

競技要項

- (1)公式ルールを簡素化したローカルルールとする
- (2)当日の参加者でチーム編成を行い対戦を行いゲームを楽しむ

参加費

無料

駐車場

高森高校会場は、高森中学校駐車場
(高校駐車場は工事のため利用不可)
A-BOX会場は、A-BOX駐車場

保険

(一社)高SP0加入の保険範囲内で対応

申込

電話又は、メールにてスポーツ支援員(桐原)まで申込んで下さい

当日会場での申込も可能です。気軽に参加ください。

電話:070-7652-0760

メール:kiri10.sposuppo@gmail.com



スポーツバイキング 2・3月開催予定			
月日	曜日	種目	場所
4月7日	火	健康筋トレ	A-BOX
4月14日	火	健康筋トレ	A-BOX
4月17日	金	室内スポーツ	高森高校体育館
4月21日	火	健康筋トレ	A-BOX
4月24日	金	室内スポーツ	高森高校体育館
4月28日	火	健康筋トレ	A-BOX
5月8日	金	室内スポーツ	高森高校体育館
5月12日	火	健康筋トレ	A-BOX
5月15日	金	室内スポーツ	高森高校体育館
5月19日	火	健康筋トレ	A-BOX
5月22日	金	室内スポーツ	高森高校体育館
5月26日	火	健康筋トレ	A-BOX
5月29日	金	室内スポーツ	高森高校体育館

※室内スポーツ：モルック、ビックルボール、ショートテニス
バドミントン、ミニバレー、バスケ、サッカーなど

<各自で準備が必要なもの>

運動ができる服装・体育館シューズ・汗拭き
タオル・飲み物・寒いときは防寒着

主催/ 高森町教育委員会

共催/ (一社)高SP0 高森町スポーツ協会 高森町スポーツ推進委員協議会