



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

生活の中に
スポーツを！

スポーツバイキングとは、種目を限定せず、様々な種類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。いろん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。

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
(高校駐車場は工事中のため利用不可)
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)まで申込ください
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 12・1月開催予定

月日	曜日	種目	場所
12月9日	火	健康筋トレ	A-BOX
12月12日	金	室内スポーツ	高森高校体育館
12月16日	火	健康筋トレ	A-BOX
12月19日	金	健康筋トレ	A-BOX
12月23日	火	健康筋トレ	A-BOX
12月26日	金	室内スポーツ	高森高校体育館
1月6日	火	健康筋トレ	A-BOX
1月9日	金	室内スポーツ	高森高校体育館
1月13日	火	健康筋トレ	A-BOX
1月16日	金	室内スポーツ	高森高校体育館
1月20日	火	健康筋トレ	A-BOX
1月23日	金	室内スポーツ	高森高校体育館
1月27日	火	健康筋トレ	A-BOX
1月30日	金	健康筋トレ	A-BOX

※室内スポーツ：モルック、ピックルボール、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