

# スポーツセミナー受講者募集

各申込期限までに、市体育協会ホームページ(<https://www.taikyou-toyama.or.jp/>)から申し込んでください。

## 仕事帰りに！<sup>スリーエックススリー</sup>3×3バスケ！

当日集まった参加者同士で、ゲームを楽しみます。

日時 5月17日～6月21日の休19:00～20:30(全6回)

※雨天中止。

場所 3×3バスケットコート(湊入船町)

対象 市内在住か勤務している20～50代のバスケットボール経験者(レベルは問いません)

講師 <sup>おおさわ</sup>大澤めぐみさん(2000年スポーツクラブ講師)

定員 15人(申込順)

費用 1回500円

申込期間 各回の6日前から当日17:00まで

圓市体育協会 ☎432-1117

## 子ども運動あそびプログラム

さまざまな運動あそびプログラムを体験し、楽しく体を動かします。

日時 6月24日(出)10:00～11:00

場所 市総合体育館(湊入船町)

対象 ①年中・年長、②小学1・2年生

講師 市体育協会スポーツ指導員

定員 ①②各50人(応募多数の場合抽選)

費用 500円

申込期限 6月14日(休)

圓市体育協会 ☎432-1117

## おやこで運動あそび

親子で楽しく運動あそびを行います。

日時 6月11日(日)9:30～10:30

場所 アイザック スポーツドーム(八木山)

対象 小学1・2年生とその保護者

講師 市体育協会スポーツ指導員

定員 20組40人(応募多数の場合抽選)

費用 1組500円 申込期限 5月25日(休)

圓アイザック スポーツドーム ☎468-0971

## 子ども運動あそびセミナー

講義、実技、実際のプログラムを体験し、日頃の活動のなかで活用できる運動あそびを学びます。

日時 6月24日(出)9:00～12:15

場所 市総合体育館(湊入船町)

対象 こどもの運動あそびに興味のある方、放課後児童クラブ職員、未就学児・小学生の保護者 など

講師 市体育協会スポーツ指導員

定員 40人(申込順) 費用 1,000円

申込期限 6月14日(休)

圓市体育協会 ☎432-1117

## オンラインレッスン「おうちで整うヨガ」

自宅で気軽に運動不足を解消できます。

日時 6月8日～7月27日の休11:30～12:15(全8回)

講師 <sup>おおいのりこ</sup>大井紀子さん(スポーツクラブ富山講師)

定員 30人(応募多数の場合抽選)

費用 4,000円(8回分) 申込期限 5月25日(休)

※Zoomを使用するため、パソコンなどの通信機器が必要。

圓市体育協会 ☎432-1117

## 立山山麓

### 森林セラピー・トレッキング

問①②立山山麓森林セラピー基地推進事業実行委員会

③立山山麓トレッキングイベント実行委員会

(大山観光開発(株)内) ☎482-1311

#### ①森林セラピーウォーク&ヨガ

森林散策やセラピーヨガを行います。

日時 5月28日(日)9:30～14:00

集合場所 大山農山村交流センター(原)

定員 30人(応募多数の場合抽選)

費用 大人3,500円、小学生3,000円(セラピー御膳付き)

申込期限 5月19日(金)

#### ②森林セラピー基地ノルディックウォーク

森林の中で、全身運動の効果があるノルディックウォークを体験します。

日時 6月4日(日)9:30～14:00

集合場所 あわすの多目的センターミレット(本宮)

定員 50人(応募多数の場合抽選)

費用 大人3,500円、小学生3,000円

(セラピー御膳・温泉割引付き)

申込期限 5月26日(金)

#### ③美女平トレッキング

登山道を歩き立山の息吹を感じ、野鳥の声も楽しめます。

日時 6月3日(出)9:00～13:00

集合場所 立山駅(富山地方鉄道踏切側)

定員 100人(応募多数の場合抽選)

費用 大人3,000円、小学生2,500円

(弁当・お茶付き)

申込期限 5月26日(金)



#### [共通項目]

対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)

申込方法

申込期限(必着)までに、往復はがきで、①～③のイベント名、郵便番号、住所、参加者全員の氏名、年齢、電話番号を、①②は立山山麓森林セラピー基地推進事業実行委員会(〒930-1454 原55)、③は立山山麓トレッキングイベント実行委員会(所在地は①②と同じ)へ。立山山麓スキー場ホームページ(<https://www.tateyama36.co.jp/>)からも申し込みできます。