



ENJOYニュースポーツ2012(前期)

～ニュースポーツで気軽に体を動かしませんか?～

誰でもすぐゲームが楽しめるニュースポーツ! カーリングから生まれた「ユニカール」を中心に、スポーツ祭東京2013(第68回国民体育大会)でデモンストレーションとしてのスポーツ行事として市が会場となる「ティーボール」も行います。

初めての方も気軽にご参加ください。

時 午前9時30分～11時30分

対 市内在住・在勤・在学の小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)

持 室内用運動靴、運動ができる服装、タオル、飲み物など

申 当日、直接会場へ

◆スポーツ振興課 保 (☎042-438-4081)



ユニカールの様子

日時	場所	実施種目
4月29日(日)	きらっと	ユニカール・ソフトバレーボール
5月27日(日)	きらっと	ユニカール・ソフトバレーボール
6月24日(日)	きらっと	ユニカール・ソフトバレーボール
7月7日(土)	スポーツセンター	ティーボール
7月29日(日)	きらっと	ユニカール・ダーツ
8月26日(日)	きらっと	ユニカール・ダーツ
9月30日(日)	きらっと	ユニカール・ダーツ

「りさいくる市」フリーマーケット出店者募集

時 5月6日(日)午前9時～正午

場 田無庁舎市民広場

募集区画

50区画(申込多数の場合は抽選)

往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・電話番号・年齢・参加人数・出店物(衣類・雑貨など)を明記し、4月1日(日)～10日(火)(消印有効)に、〒202-0011泉

町3-12-35エコプラザ西東京内ごみ減量推進課へ郵送。

※1世帯1通に限ります。

※飲食物、動植物の販売はできません。詳細は「エコらしんばん第10号」または、3月15日号の市報をご覧ください。

◆ごみ減量推進課 (☎042-438-4043)

にしはらスポーツクラブ 「ノルディックウォーキング教室」参加者募集!!

ノルディックウォーキングは、オフシーズンのスキートレーニングが始まりで、2本のポール(ストック)を使って歩行運動を補助し、運動効果をより増強するフィットネスエクササイズの一つです。

時・場 ①4月7日(土)・にしはらスポーツクラブ周辺

②5月12日(土)・小金井公園(予定)

③6月9日(土)・多摩湖自転車道(予定)

集合 午前9時30分・にしはらスポー

ツクラブ(西原町4-5-6西原総合教育施設内)

対 クラブ会員および市内在住・在勤・在学者、近隣市民

¥ 会員…1回500円

非会員…1回800円

※ポールは用意してあります。

問 にしはらスポーツクラブ

(☎042-467-9919・毎週月曜日休館)

◆スポーツ振興課 保 (☎042-438-4081)

スポーツ教室

前期(4月～9月)

NPO法人西東京市体育協会加盟団体では、さまざまなスポーツ教室を開催しています。幅広い種目がありますので、この機会にご参加ください。

※別途、保険料などは参加者負担となります。

※参加資格・内容など、詳しくは各団体へお問い合わせください。

◆スポーツ振興課 保

(☎042-438-4081)



スポーツ教室 前期(4月～9月)				
種目	日時	場所	参加費	問い合わせ
剣道	第1・3日曜日 午前9時～正午	スポーツセンター	無料	江頭(☎042-422-2804)
柔道	第1・2・3・4日曜日 午前9時～正午	武道場	無料	西塔(☎042-422-2229)
水泳	第1木・金曜日 午前10時～正午	スポーツセンター	1回750円	吉岡(☎042-423-3654)
ソフトテニス	第2・4土曜日 午後1時～3時	東町テニスコート	1回300円	下田(☎042-462-2217)
	第3土曜日 午後1時～3時	ひばりが丘総合運動場		
卓球	第1・3水曜日 午前9時～正午	スポーツセンター	1回500円	伊藤(☎042-461-9674)
バドミントン	第2・3・4水曜日 午後7時～8時30分	総合体育館	1回500円	佐藤(☎042-469-9166)
バスケットボール	第1木曜日・第3土曜日 午後6時～9時	スポーツセンター	1回100円	瓜生(☎080-5064-4908)
アーチェリー	第1・2土曜日 午前9時30分～11時30分	武道場	月1,600円	妹尾(☎042-421-1291)
剣道	第1・2水曜日 午後6時～9時	きらっと	月1,500円	菅野(☎042-421-7075)
少林寺拳法	第1・2・3水曜日 午後6時～9時	スポーツセンター	無料	岡村(☎042-422-1215)
	第3土曜日 午前9時～10時30分			
	第4火曜日 午後1時～2時30分			
硬式テニス	第4土曜日 午前9時～10時30分	芝久保第二運動場	1回300円	滝沢(☎042-465-9027)
	第3・4日曜日 午前9時～正午	武道場		
太極拳	第1日曜日 午後3時～6時	スポーツセンター	1回500円	茂木(☎042-422-5878)
ターゲットバードゴルフ	第1・2土曜日 午前11時40分～午後2時20分	北原運動場	月300円	林(☎042-464-7370)
合気道	第2・3火曜日 午後6時30分～8時30分	きらっと	体験無料	芝田(☎042-478-0351)
空手道初心者	第3・4水曜日 午後6時～8時45分	武道場	無料	加藤(☎090-4430-8708)

※種目によっては、日程変更などがありますので各団体へご確認ください。

みんなの伝言板

※特に記載のないものは、無料です。
※内容についてのお問い合わせは、各サークルへお願いします。

「みんなの伝言板」(サークル紹介)は、個人情報が含まれているため、削除してあります。