

市民体カテスト

◆スポーツ振興課保 (☎042-438-4081)

自分の体力を知り、健康維持や体力づくりに役立てましょう

時 10月7日(日) 受付：午前9時30分～11時30分
午後1時30分～3時30分

場 きらっと ※当日、直接会場へ。

対 小学生以上の市内在住・在勤・在学者

□種目 握力・上体起こし・長座体前屈・開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行・20mシャトルラン・立ち幅とび・反復横とび

※年齢により測定種目が異なります。

※体力テストを受けた方は、骨密度と血管年齢の測定が受けられます(午前・午後、各先着100人)。

持 室内用運動靴(必ず持参)・運動ができる服装・タオル・飲み物[※]



スポーツ教室

10月～平成25年3月

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。この機会にぜひご参加ください。

保険料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(連絡先)へ直接お問い合わせください。 ◆スポーツ振興課保 (☎042-438-4081)

平成24年度 後期スポーツ教室 10月～平成25年3月

種目	日時	場所	参加費	連絡先
剣道	第1・3・5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	ひばりアムテニスコート		
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	無料	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)
硬式テニス	第3土曜日午前9時～10時30分	東町テニスコート	1回300円	滝沢 (☎042-465-9027)
	第4火曜日午後1時～2時30分			
	第4土曜日午前9時～10時30分			
太極拳	第3・4日曜日 午前9時～正午	武道場	体験無料 (2回 [※])	五十嵐 (☎042-424-7360)
ダンス	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	無料	林 (☎042-464-7370)
合気道	第2・3火曜日 午後6時～9時	きらっと	無料	豊福 (☎042-461-2245)
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。

NPO等企画提案事業

西東京プレーパーク★キャラバン

子どもの
冒険遊び場、
自然を生かした
外遊びをしよう

9月23日(日)…しじゅうから公園

10月28日(日)…西原自然公園

11月25日(日)…西東京いこいの森公園

※いずれも午前10時30分～午後0時30分。当日、直接会場へ。

※天候などにより変更の場合あり

¥大人100円(子ども無料)

□主催 マンマミーアプラス

問 マンマミーアプラス

(佐藤☎090-9330-9194)

HP <http://ameblo.jp/playpark-caravan-west/>

◆協働コミュニティ課保

(☎042-438-4046)

第46回 東京都市町村総合体育大会の結果

東京都市町村総合体育大会は、スポーツの振興と都内市町村間の交流を目的とした歴史のある大会です。各市町村を代表する選手が、14競技21種目にわたり競い合いました。

西東京市は、卓球競技において女子優勝、男子第3位、弓道競技において第3位となり、29市町村中総合第11位と健闘しました。

◆スポーツ振興課保 (☎042-438-4081)

スポーツ祭東京2013

第68回国民体育大会 開催まであと378日 9月15日現在

西東京市は正式競技のバスケットボールとデモンストレーションとしてのスポーツ行事のティーボールを実施します。

バスケットボール競技リハーサル大会が実施されました

8月11日(土)～13日(月)西東京市総合体育館でスポーツ祭東京2013(第68回国民体育大会)バスケットボール競技リハーサル大会として、「東日本大震災被災地復興支援 第50回男子・第42回女子全日本教員バスケットボール選手権大会」が開催されました。

西東京市では、男子の11試合が行なわれ、全国から集まった13チームによる白熱した試合が繰り広げられました。選手たちの迫力あるプレーと、にしはらスポーツクラブ「キャンディーパワー」の元気いっぱいのゆりーとダンスで、会場は大いに盛り上がりました。

当日は、市内の小中高生や、さまざまな方々の応援のもと作製されたおがみの作品やプランターなどで会場を飾り、選手・監督をお迎えしました。

皆さんにご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。来年のスポーツ祭東京2013開催に向けて、今後とも応援よろしくお祈りします。

◆スポーツ振興課保

(☎042-438-4082)



花のプランター▲



おがみでの飾りつけ▲



白熱した試合▲



市民協力員の皆さん▲



キャンディーパワーによる「ゆりーとダンス」▲