

ハマダスポーツ  
新聞

2017年  
3月号

# 「親子スポーツフェスティバル」開催！ 3月26日(日) 10:00~12:00



来る3月26日(日)、一宮市総合体育館にて親子ふれあいイベント「親子スポーツフェスティバル」を開催致します。障害物競争など楽しい競技が盛りだくさん♪親子一丸となって様々なスポーツにチャレンジします。申込みは先着順となり、只今受付中です。

会場	一宮市総合体育館
日程	3月26日(日)
時間	10:00~12:00
参加費	540円 / 1人(税込)
対象	年少~小学6年生と保護者
定員	60名

# 三世代交流イベント開催決定！ 3月12日(日)、老人福祉センターにて！

3月12日(日)、老人福祉センターにて「三世代交流イベント」を開催します。今年は餅つき体験を行います。高齢者の方から親世代、子ども世代と一緒に餅つきをした後につきたてのおいしいお餅を食べながら交流していただきます。先着順になりますので申込みはお早め！心温まるイベントをお楽しみに♪

【日時】	3月12日(日) 10:00~12:00
【場所】	老人福祉センター(ゲートボール場) 雨天時:老人福祉センター(ロビー)
【参加費】	540円(税込) / 1人
【対象】	60歳以上の方10名 親子10組
【申込期間】	3月1日(水)~3月8日(水)

会場	一宮市総合体育館
日程	3月28日(火)~3月30日(木)
時間	9:30~10:30
参加費	3,240円(税込)
対象	年少~年長
定員	20名



会場	尾西スポーツセンター
日程	3月28日(火)~3月30日(木)
時間	11:30~12:30
参加費	3,240円(税込)
対象	小学1年生~小学6年生
定員	20名



一宮市総合体育館、尾西スポーツセンターにて鉄棒と跳び箱の3日間集中短期教室を開講します。機械体操が苦手な子は得意に、得意な子はさらにレベルアップ出来るように苦手克服と技術向上を目指します！上達することと機械体操がきつと楽しくなります。この機会をお見逃しなく！申込みは先着順になります。

**春の短期教室  
開講します！**

# 春のイベント大特集

ハマダスポーツ新聞

イベント情報はホームページで

	対象	時間	定員
一般A	中学生～一般	13:00～13:50	8名
一般B	中学生～一般	15:40～16:30	8名
リトル	年少・年中	16:40～17:20	8名
キッズ	低学年	18:25～19:15	10名



**英会話教室無料体験会**  
 3月17日(金)、一宮市総合体育館にて英会話教室無料体験会を開催致します。幼児から大人まで！楽しく確実に♪「聴く」「話す」「読む」「書く」の4つの技術取得により、コミュニケーション能力を身に付けます。申込は3月2日(木)より先着順となります♪

## 総体四季便り

3月になれば各地から花便りが届くようになりま  
 す。梅、水仙、蠟梅、菜の花・・・でも体育館周辺  
 と云えば「桜」ですよ。皆さんご存知の旧堤  
 防・御囲堤の桜並木「天然記念物・名勝木曾川堤  
 (サクラ)」です。天然記念物に指定されている桜は  
 40ヶ所、この辺りで有名なのは「根尾の淡墨桜」  
 や高山の「臥龍桜」等でほとんどが1本のみの指  
 定、並木や群落で指定されているのは10ヶ所位  
 です。皆さん桜と云えば「ソメイヨシノ」という  
 答えが返ってきそうですが(ソメイヨシノ単木で  
 の天然記念物指定はありません)桜の種類は60  
 0種と言われています。勿論この桜も主にエド  
 ヒガンとシダレザクラです。そうそう、体育館正  
 面の「愛ちゃん」と「夢ちゃん」にも会いに来てく  
 ださいね。そして球技場あたりまで散策すると数  
 種類の桜が観られますよ。



## 育のワンポイントレッスン

無料でご参加いただけます  
 ■トレーニングルーム利用の方は

一宮市総合体育館、尾  
 西スポーツセンター、  
 木曾川体育館では、ワ  
 ンポイントレッスンを  
 を開講しています。パ  
 ランスボールを使用し  
 体幹トレーニングを中  
 心に様々な種目を取  
 り入れ、筋力アップや  
 バランス感覚向上を  
 目的に開催していま  
 す。お気軽にご参加く  
 ださい。



### 3月のワンポイントレッスン予定

施設名	日程	時間
総合体育館	金曜日 (3/3、10、17、24)	11:15～11:45
尾西スポーツセンター	水曜日 (3/1、15、22、29)	10:00～10:30
木曾川体育館	火曜日 (3/7、14、28)	11:15～11:45



## 今月の頑張るウーマン ～木曾川体育館～

今月の頑張るウーマンは、  
 中江都紀子さんです。  
 木曾川体育館のトレーニ  
 ング室に、昨年の11月  
 から通われていきます。体  
 を動かす事が大好きな中  
 江さんは、午前中にグラ  
 ウンドゴルフで体を動か  
 し、午後からトレーニン  
 グで汗を流しています。  
 以前にグラウンドゴルフ  
 で太ももを痛めてから筋  
 肉が落ちてしまい、靴下  
 を履くのもよろけていま  
 した。バイクを中心に体  
 力強化を行ない、努力の  
 成果で足が楽に上がるよ  
 うになったことから、さ  
 らにトレーニングに励ん  
 でいます。中江さんの目  
 標は、ご主人と山登りを  
 することです。これから  
 も体力づくりを頑張っ  
 て下さいね。スタッフ一同  
 心より応援しています。