

社会教育だより

social
education
news

小平町あいさつ運動



つくるよ 五輪に負けない 地域の輪

第7次小平町社会教育
中期計画基本目標

育てよう！学ぶ喜び・チャレンジ精神☆
広げよう！出会いの輪



第3回 ウォーキング教室 & ノルディックウォーキング教室

ウォーキング教室では、楽しく、正しい歩き方を勉強します！お仲間とお気軽にご参加ください！
(高齢者社会活動等参加ポイントカード持参の方には、1ポイント付与します)

- 開催日時** 8月21日(月) 19:00～1時間程度 **集合場所** 文化交流センター
コース 文化交流センター発→おびまる広場周辺→文化交流センター着
指導者 小平町スポーツ推進委員 **参加料** 無料(保険は各自で加入願います)
服装 運動のできる服装と運動靴
持ち物 ・水分補給用の飲み物 ・汗拭き用タオル
 ・ノルディックウォーキングポール(お持ちでない方は貸出します)
申込み 令和5年8月21日(月)までに海洋センターまで申し込みください。

第44回 小平町民健康マラソン大会

- 日時** 令和5年9月2日(土)
10:00 競技開始
コース おびまる広場～花岡海岸線
参加料 100円
対象 小平町民
申込み 令和5年8月18日(金)まで
参加申込書に記入の上、参加料を添えて
海洋センターにお申し込みください。
問合せ 小平町B&G海洋センター

第44回小平町民健康マラソン大会は、おびまる広場特設コースで開催します。皆様のご参加をお待ちしております。



Let's YOGA!

～かるやかクラブ 参加者募集～

ストレッチヨガなど有酸素運動を行うことにより、効果的に体脂肪の減少を図るとともに、運動を習慣的に行うことを目的としています。この機会に若い方から高齢の方まで、仲間と一緒にエクササイズをしましょう！

- 開催日** 9月4日(月)、9月11日(月) 19:00～20:00
場所 小平町文化交流センター 小ホール
準備品 運動靴・スポーツタオル・ドリンク・その他必要と思われるもの
次回 11月に「ストレッチヨガ」を実施予定
問合せ 小平町B&G海洋センター

- * 初心者の方でも大歓迎です！この機会にぜひご参加ください！
- * 「かるやかクラブ」では随時会員を募集中です。海洋センターへ申し込み願います。
- * 「かるやかクラブ」開催情報は、町ホームページでも確認できます。

社会教育だよりの 問合せ先・お申込み

- ▼文化交流センター
TEL:0164-56-9500
FAX:0164-56-9555
▼小平町B&G海洋センター
TEL:0164-59-1216
FAX:同上

