

い す み し り つ

# 和泉市立

た い い く か ん

# 体育館だより

平成 25 年 5 月 1 日発行  
和 泉 市 教 育 委 員 会  
生涯学習部スポーツ振興課

No.2

## 平成 25 年度 和泉市スポーツイベント

| 月  | 事 業 名     |                                      | ふれあいニュースポーツ教室 |                         |
|----|-----------|--------------------------------------|---------------|-------------------------|
| 4  | 13<br>(土) | 和泉市民春季ファミリー歩こう会受付<br>(市役所 3 号館 1F)   | 20<br>(土)     | ピロポロ・フロッカー・ビーンボーリング     |
| 5  | 12<br>(日) | 和泉市民春季ファミリー歩こう会<br>(奈良県山辺の道)         | 18<br>(土)     | ソフトフロアホッケー・公式ワナゲ・クロリティー |
|    | 25<br>(土) | 親子ふれあい体験乗馬<br>(杉谷乗馬クラブ)              |               |                         |
| 6  | 23<br>(日) | 夢の教室「ユメセン事業」<br>(コミュニティ体育館)          | 15<br>(土)     | キンボールスポーツ・コーンホール・フリーブロー |
| 7  |           |                                      | 28<br>(日)     | 公式ワナゲ大会                 |
| 8  |           |                                      | 25<br>(日)     | フリーテニス・ディスカスボード・フロッカー   |
| 9  | 未定        | 市民ゴルフ大会                              | 21<br>(土)     | ソフトラクロス・ディスコン・ペタンク      |
| 10 | 20<br>(日) | 和泉市民秋季ファミリー歩こう会                      | 26<br>(土)     | キンボールスポーツ・フリーブロー・コーンホール |
| 11 | 17<br>(日) | 夢の教室「ユメセン事業」<br>(コミュニティ体育館)          | 24<br>(日)     | ピロポロ・公式ワナゲ・クロリティー       |
| 12 | 14<br>(土) | 第 9 回和泉市キンボールスポーツ大会<br>(桃山学院大学)      | 21<br>(土)     | インディアカ・ソフトフロアホッケー・フリンゴ  |
| 1  | 12<br>(日) | 第 61 回信太山クロスカントリー大会<br>(陸上自衛隊信太山演習場) | 26<br>(日)     | ソフトラクロス・ディスコン・ペタンク      |
| 2  |           |                                      | 22<br>(土)     | キンボールスポーツ大会             |
| 3  |           |                                      | 22<br>(土)     | ニュースポーツ大会               |

参加募集・要項等、詳細については隨時「広報いすみ」でお知らせ致します。

事業によっては有料の場合があります。

日程等、変更する場合があります。

問合せ先

和泉市教育委員会スポーツ振興課

でんわ 0725(99)8162 (直通)

今回は、市民体育館で開催されているいろいろなスポーツ教室の中からバドミントンC教室をご紹介いたします！

## スポーツ教室のご紹介～Part 1～

バドミントンC教室 毎週火曜日（祝祭日を除く）午後7時から9時開催

講師：橋本 由雄、吉本 和徳、飯森 朋恵

講師の方から次のようなコメントをいただきました。

中学生から年配者の方まで、毎週火曜日の夜にバドミントンの練習をしています。

練習内容は、主に男女ダブルスのゲームを中心にA・B・初心者のランク別に行っていきます。

仕事帰りにひと汗流してストレス発散、美容と健康増進にも役立ちます。

初心者の方でも親切丁寧にご指導いたします。初心者大歓迎です。



### 競技紹介：バドミントンの魅力

バドミントンはシャトル（シャトルcock）という、半球状のコルクに水鳥等の羽を接着剤などで固定した物を打ち合う競技で安価に始められることもあり小学生から生涯スポーツとして楽しむシニアまで多くのプレーヤーが存在します。

すべての球技の中で打球の初速が最も速いことで、ギネスブックに認定されており、スマッシュの初速は、最速で時速400km以上に達します。また打球が相手コートに届くまでに空気抵抗を受けて急激に速度が低下するため、初速と終速の差が著しいことも他の球技には無い特徴といえます。

競技としてのバドミントンは、緩急を使い分ける様々なショットやフットワーク、対戦相手との駆け引き、ダブルスの場合、ペアとのコンビネーションなど多岐にわたる技術を必要とし、パワーと瞬発力とともに持久力の優劣も勝負を左右する、複雑で非常に激しいものとなっています。

一方、屋内外で行われるレクリエーションとして、年齢や性別を問わず広く一般に楽しめており、競技としての奥深さと、簡単にできるスポーツとしての楽しさの両面を兼ね備えています。

# 光明池地区スポーツ施設インフォメーション

## スポーツ教室紹介☆



簡単に言えばミニサッカーです！ボールや体の使い方、お友達とのコミュニケーション、ボールを蹴るってこんなに面白いんだ！ってきっと気付くはず！

みんなで楽しくフットサルしましょう

会場: コミュニティ体育館(でんわ・57-0100)

時間: 毎週木曜日 17:15 ~ 18:45

対象: 年長 ~ 小学4年生

コーチからメッセージ: 友達と楽しくボールを蹴ろう！室内だから雨や汚れる心配もないよ！ぜひ

日頃の息抜き、運動不足解消にもピッタリ！！

コーチが分かりやすく丁寧に教えてくれます。

楽しいこと間違いなし！！

スポーツ仲間作りませんか？

会場: 光明池球技場(でんわ・55-3130)

緑地運動場(でんわ・56-2400)

時間: 午前中 ~ ナイター(2時間弱)

対象: 小学生 ~ シニア

コーチからメッセージ: レッスンを受ける事で上達しながら、ぜひ仲間も作ってください！



体の動き作りやドリブル、キックなどの個人技術の向上とあいさつやルールを守るなど心の向上を目的としています！みんなで楽しくサッカーしよう！

会場: 光明池球技場(でんわ・55-3130)

緑地運動場(でんわ・56-2400)

時間: 隔週土曜日 9:00 ~ 10:20 10:40 ~ 12:00

対象: 年中 ~ 小学4年生

コーチからメッセージ: みんなでサッカーを楽しんでうまくなろう！友達もたくさんできるよ 1度観に来てね

**詳しくは各施設までお問い合わせください(^^)/~~~~~**

## 夏の短期水泳教室 参加者大募集！

この夏はサン燐プールでレベルアップ！！



| 対象                    | 日程                   | 時間        | 定員   | 料金      |
|-----------------------|----------------------|-----------|------|---------|
| 幼児(年少~年長)<br>~<br>小学生 | 1期 7月22日(月)~7月25日(木) | 8:30~9:30 | 各30名 | 各4,200円 |
|                       | 2期 8月1日(木)~8月4日(日)   |           |      |         |
|                       | 3期 8月16日(金)~8月19日(月) |           |      |         |

## ジュニアスクール生 参加者大募集！

スポーツ塾 ・・・ 跳び箱やマット、鉄棒を使って、各スポーツに通じる身体をつくろう！



| 対象       | 曜日  | 時間          | 定員  | 料金                      |
|----------|-----|-------------|-----|-------------------------|
| 年中~小学3年生 | 月曜日 | 16:00~16:50 | 10名 | 月謝制<br>月4週の場合<br>4,200円 |
|          |     | 17:00~17:50 |     |                         |
|          | 金曜日 | 16:00~16:50 |     |                         |
|          |     | 17:00~17:50 |     |                         |

持ち物・・・運動できる服装、タオル

ダンス ・・・ おどる楽しさを学び、挨拶や礼儀などを身につけよう！



| 対象       | 曜日  | 時間          | 定員  | 料金                   |
|----------|-----|-------------|-----|----------------------|
| 年長~小学3年生 | 火曜日 | 17:00~18:00 | 20名 | 月謝制<br>月3週の場合 3,150円 |
|          |     | 17:15~18:15 |     |                      |

持ち物・・・運動できる服装、室内用シューズ、タオル

チアダンス ・・・ 友だちとのチームワークを学び、思いやりや協調性を身につけよう



| 対象       | 曜日  | 時間          | 定員  | 料金                   |
|----------|-----|-------------|-----|----------------------|
| 年中~小学1年生 | 木曜日 | 16:30~17:30 | 20名 | 月謝制<br>月4週の場合 4,200円 |
|          |     | 18:45~19:45 |     |                      |

持ち物・・・運動できる服装、室内用シューズ、タオル

## ワンコイン(500円)レッスンのご案内

成人有料レッスンが、500円で参加できます！ 高校生以上の方が、対象となります。



| 内容       | 曜日                                 | 時間          | 定員          | 料金      |
|----------|------------------------------------|-------------|-------------|---------|
| 太極拳      | 毎週月曜日                              | 12:50~13:50 | 各クラス<br>30名 | 1回 500円 |
|          | ゆったりとした動きで帰血の流れを良くし、心と体を芯から癒します。   |             |             |         |
| フィットネスヨガ | 毎週火曜日                              | 19:00~20:00 |             |         |
|          | リラックスひきしめを組み合わせ、理想的なプロポーションを目指します。 |             |             |         |
| ヨガ       | 毎週木曜日                              | 13:15~14:15 |             |         |
|          | 毎週土曜日                              | 13:00~14:00 |             |         |
|          | 呼吸とともに体の調和を整え、自然治療力を高めていきます。       |             |             |         |

サン燐プールの水泳で丈夫なカラダに！

サン燐プールは少人数制で丁寧な指導！

サン燐プールの短期は4日間でぐんぐん成長！

サン燐プールのコーチ達は明るく優しい