

# パラスポーツ教室開催

## フライングディスク(偶数月)

輪になっている的に向かって、ディスクを投げ、輪を通せた回数を競う種目と、どれだけ遠くにディスクを飛ばせるかを競います。

4月30日(土)  
6月18日(土)  
8月20日(土)  
10月15日(土)  
12月17日(土)  
令和5年2月18日(土)



## ボッチャ(奇数月)

パラリンピック種目で、的となるボールに相手チームのボールよりも近くなるよう投球し合います。

5月21日(土)  
7月30日(土)  
9月17日(土)  
11月26日(土)  
令和5年1月21日(土)  
令和5年3月18日(土)



### (共通事項)

と き 午前10時30分～11時30分まで(受付 午前10時～)

と ころ 町体育館

対 象 者 パラスポーツに関心のある方(山武地域以外でも可)

持 ち 物 ①動きやすい服装 ②室内シューズ ③飲み物 ④タオル・マスク

申込期間 4月15日から教室終了まで随時受付

申込方法 ①電話 ②窓口へ申込書の提出 ③FAXで申込書の提出

④メールでの申込(氏名、年齢、性別、住所、連絡先、参加予定日、その他連絡事項を記載してください)

⑤当日参加者は受付時に申込書を提出

☎社会文化課生涯学習班 ☎84-1358 FAX84-2877

メールアドレス shakaibunka@town.yokoshibahikari.chiba.jp

## あなたの「体力年齢」を測定しませんか 体力・運動能力調査参加者募集

健康を保つために、自分の体力や運動能力を知ってみませんか。体力に自信のある方もない方も、お気軽にご参加ください。

と き 6月4日(土) 受付 午前8時30分～

と ころ 町体育館

対 象 町内在住の20歳～79歳の方

種 目 《共通種目》握力、上体起こし、長座体前屈  
《20歳～64歳》反復横跳び、立ち幅跳び、20mシャトルラン  
《65歳～79歳》開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行

費 用 無料

持 ち 物 体育館シューズ、タオル、水分補給の飲み物

申込方法 社会文化課窓口または電話

申込期限 5月1日(日)

☎社会文化課生涯学習班 ☎84-1358

## ふれあい坂田池公園野球場 リニューアルイベント

ふれあい坂田池公園野球場がリニューアルオープンします。

リニューアルオープンイベントとして町内チームによる記念試合を開催します。

と き 4月30日(土)

午前9時～午後5時

☎社会文化課施設管理班

☎84-1358

