

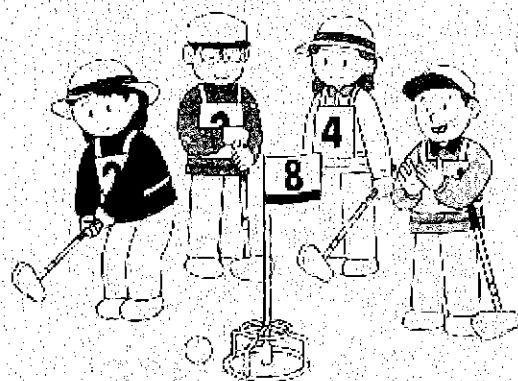
令和7年 5月11日

主催：成瀬地区体力づくり振興会

令和7年度グラウンドゴルフ大会

サマーシリーズ

グラウンドゴルフは老若男女、誰もが楽しめるスポーツです。ゴルフのようにボールを専用のスティックで打ち、ホールポストまでの打数を競い合うゲームです。もちろん、用具は主催者側でも準備致しますので、手ぶらで参加できます。



開催日：6月15日（日） 午前9時～12時（雨天中止）

場 所：石田小学校グラウンド

参加資格：成瀬地区在住の小学生以上

チーム編成：当日の参加人数により組合せを行います

申し込み：当日会場で受付をします

持ち物：クラブ・ボールをお持ちの方はご持参ください

その他、タオル、飲み物など

その他：個人成績により、表彰を行います。ホールインワン賞、飛び賞もあります

※詳しいお問い合わせは、下記のスポーツ推進委員へどうぞ

熊本 周司 090-5822-0790
村上 義男 090-4026-0804
尾崎 慎一 090-1730-8271
鈴木 孝幸 93-3305

布袋田 匡紀 92-4125
辻 晋 72-7575
大貫 義治 090-9363-2470
高橋 あけみ 94-4230

裏面もご覧ください

回 覧

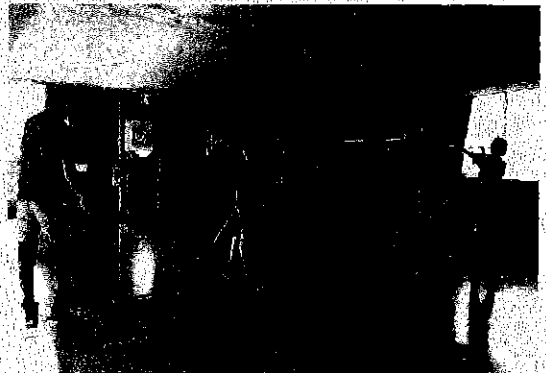
令和7年 5月11日

主催：成瀬地区体力づくり振興会

スポーツウェルネス吹矢講習会

スポーツウェルネス吹矢は、5～10m離れた円形の的をめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。

性別・年齢問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして、今、注目されています。健康効果の秘訣は腹式呼吸をベースにしたスポーツ吹矢式呼吸法です。精神集中や血行促進、細胞の活性化に役立ち、内臓の諸器官にもよい影響を与えます。また精神力・集中力が身に付きます。みなさん、ふるってご参加ください。



☆ 日 時 6月22日（日） 午前9時～11時

☆ 会 場 成瀬公民館2F 講義室

- ☆ 対 象 ・成瀬地区在住の一般の方から小学生まで
- ☆ 申し込み ・当日会場で受付をします 定員：50名程度
- ☆ 持ち物他 ・運動のできる服装とタオルなどをご用意下さい
- ☆ その他 ・不明な点は、下記スポーツ推進委員にお問い合わせください

〈成瀬地区スポーツ推進委員〉

熊本 周司	090-5822-0790	鈴木 孝幸	93-3305
大貫 義治	090-9363-2470	高橋 あけみ	94-4230
辻 晋	72-7575	布袋田 匡紀	92-4125
村上 義男	090-4026-0804	尾崎 慎一	090-1730-8271

裏面もご覧ください