



市民スポーツ・健康フェスティバル

10月2日(日)
9時～

岡志別の森運動公園会場



事前申し込み

◎市民ソフトボール大会

トーナメント方式(5回・50分)

対象・定員 高校生以上・16チーム(監督含め9人以上12人以内、定員を超えた場合は抽選)

参加料 1チーム5,500円

申し込み・問い合わせ 9月16日(金)9時に申込書を文化・スポーツ振興財団(☎⑧1116)に提出

◎市民パークゴルフ大会

男子の部・女子の部、18ホール2ラウンド、ストロークプレイ個人戦

対象・定員 18歳以上の方・100人(申し込み順)

参加料 600円

申し込み・問い合わせ 9月10日(土)から25日(日)までに申込書を岡志別の森運動公園(☎⑧2525)に提出

◎駅伝大会

- 小学生低学年(1～3年)の部
- 小学生高学年(4～6年)の部
- 中高一般の部

※1チーム5人。男子の部・女子の部あり。

申し込み・問い合わせ 9月23日(金)までに申込書を社会教育グループに提出



当日参加可能

◎みんなでつながろう!長なわとびチャレンジ

参加者全員で目標回数を目指します。

時間 10時～12時

◎ノルディックウォーキング体験

岡志別の森運動公園からの3コース(1*₀分、4*₀分、6*₀分)を歩きます

定員 30人(当日先着順)

持ち物 タオル・帽子・飲み物・雨具・ポール(貸し出しあり)

◎ふれあいサッカーコーナー

キックターゲットなどを行います

対象 幼児～小学生



軽食コーナー

おにぎり、カレーライス、そば、うどんなどを販売

時間 11時～13時30分

市民プールらくあ会場



当日参加可能

◎ひめトレ教室(会議室)

骨盤底筋のトレーニング

時間 10時45分～11時15分、13時～13時30分

対象 産後3カ月以降のお母さん、お腹周りが気になる方など

◎健康測定会(研修室)

日本工学院北海道専門学校柔道整復科の学生による健康測定会

時間 10時～12時、13時～15時(5分程度)

◎トレーニングマシン体験

(トレーニングルーム)

対象 中学生以上の方

持ち物 上靴



プールエリア ※水着が必要です。

◎個人水泳タイム計測

時間 10時～15時

◎親子ベビー水泳教室

時間 10時～10時30分

対象 6カ月から3歳までの子ども(保護者同伴)



◎水中障害物競争

時間 10時45分～11時10分

対象 18歳未満の方

◎水中玉入れ競争

時間 11時10分～11時30分、14時30分～14時50分

◎泳げない子ども集まれ!水泳教室

時間 11時30分～12時、13時45分～14時15分

対象 5歳から12歳までの子ども

◎水中宝探しゲーム

時間 13時～13時20分

対象 18歳未満の方

駐車場は、岡志別の森運動公園の第1駐車場と第2駐車場、北海道曹達(株)幌別事業所の特設駐車場、市民プール駐車場をご利用ください。

競技終了後は、岡志別の森運動公園、市民プールともに17時まで無料開放します。

▶問い合わせ 社会教育グループ(☎⑧1129)

