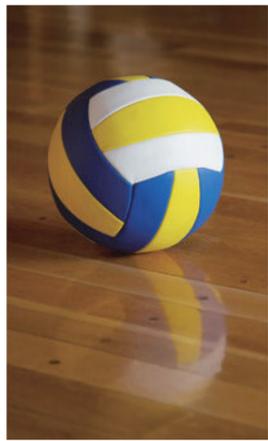


市U・12バレーボール大会

時 来年1月18日(土)  
場 ヤマト市民体育館  
前橋  
対 市内在学の12歳以下で編成したチームなど  
対 3,000円  
申 来年1月4日(土)までに二次元コードの申し込みフォーム  
市バレーボール協会ホームページ



**ホーム戦試合情報**

群馬グリーンウイングス  
場 ALSOK群馬アリーナ (関根町)  
時 11月30日(土)・12月1日(日)、14時  
vs.KUROBEアクアフェアリーズ

場 ヤマト市民体育館前橋  
時 12月7日(土)・8日(日)、14時  
vs.大阪マーヴェラス

しんしん大渡温水プール 水泳教室			
コース	曜日・時間	定員	
バタフライ	月曜、12時30分～13時40分	各20人	
中級者一般	金曜、14時～15時10分		
初級	一般	火曜、12時30分～13時40分	各30人
	平泳ぎ	水曜、12時30分～13時40分	
	高年者 (50歳以上)	月火曜、14時～15時10分	各40人
	レディース	水曜、14時～15時10分	
	年長～小2	月火水金曜のいずれか、15時40分～16時40分	
小学生	月火水金曜のいずれか、17時～18時10分		
	土曜、10時30分～11時40分		

●水泳教室  
時 来年1月18日(土)～3月18日(火)の各コース8回  
コースなど左表のとおり  
対 (初級) クロールで25分泳げない

申し込みフォームで  
市バレーボール協会・中島さん  
☎090・6103・6980

ヤマト市民体育館前橋

☎027・265・0900

経験者太極拳

時 12月17日～来年3月18日の火曜10回、10時～11時30分

対 中学生以下を除く経験者、80人 (抽選)  
¥5,000円

初心者太極拳

時 12月17日～来年3月18日の火曜10回、13時30分～15時

対 中学生以下を除く初心者、50人 (抽選)  
¥5,000円

のびのびストレッチ

時 12月13日～来年3月14日の金曜10回、10時～11時

対 中学生以下を除く、40人 (抽選)  
¥5,000円

幼児体育

時 12月13日～来年3月14日の金曜10回、16時30分～17時30分

対 年中・年長、20人 (抽選)  
¥2,500円

リフレッシュヨーガ

時 12月24日～来年3月25日の火曜10回、10時～11時

対 中学生以下を除く、80人 (抽選)

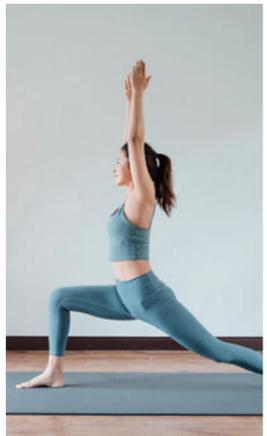
人(中級) 4泳法で各25分以上泳げる人(バタフライ) クロールで50分以上泳げる人  
各3,000円 (小学生以下は各1,500円) と施設使用料  
申 11月15日(金)までにまえばしスポーツナビで



講座・教室

家族でスマホの使い方を考える

SNSによる人権侵害について家族で考えます。  
時 来年1月11日(土) 9時30分～11時10分  
場 中央公民館  
対 市内在学の学生(1)は小学生(2)は中高生) とその保護者、各40人 (抽選)  
申 12月6日(金)までに二次元コードのホームページで  
☎027・21990



整うスッキリヨガ

時 12月27日～来年3月28日の金曜10回、13時30分～14時30分

対 中学生以下を除く、50人 (抽選)  
¥5,000円

スポーツフライング

時 12月17日(火)19時～20時30分

対 小1以上の初心者(小中学生は保護者同伴)、20人 (抽選)  
¥大人680円、小人340円

ヘルスアップ教室

時 11月21日～12月5日の木曜3回、10時～11時

対 中学生以下を除く初心者、30人 (抽選)  
¥1,640円

申 以上の8つは11月15日(金)までにまえばしスポーツナビで。または往復ハガキ(必着)で(1人1通)。教室名・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号を記入し、〒371-0816上佐鳥町4-60・7・ヤマト市民体育館前橋へ  
まえばしスポーツナビ



オンラインでひきこもりトーク

ひきこもりラジオ(仮)をオンラインで開催。トークのテーマは自由。ひきこもり支援情報も届けます。名前や顔を伏せて聞いただけの参加もできます。ZoomアプリでID(95773950690)とパスワード(JK1221)を入力してください。  
時 11月21日(休)16時～16時30分  
対 市内在住でおおむね18歳以上のひきこもり状態の人  
ひきこもりの家族の教室  
ひきこもりの状態を家族が理解し、本人への家族の対応を考えます。  
時 11月14日(休)13時30分～15時30分  
場 第二コミュニティセンター(保健センター内)  
対 市内在住でおおむね18歳～40歳のひきこもりの人の家族、先着20人  
申 11月13日(水)までに保健予防課  
☎027・220・5787へ

冬に飾れる緑化講習会

多肉植物や冬の草花を使った緑化講習会を開催します。  
教室名・時 (1)多肉植物を使った箱庭づくり 12月8日(日)10時～12時  
(2)冬の草花を使ったハンギングバスケット作り 12月8日(日)14時～16時、



時 12月9日(月)10時～12時・14時～16時  
場 敷島公園門倉テクノばら園  
対 市内在住の16歳以上、1は26人(2)は各20人(各抽選)  
¥1は3,000円 2は3,500円  
申 11月15日(金)までに二次元コードのホームページで  
☎027・898・6845

正しい歩き方を学んで健康に

ウォーキング講習会を開催します。  
時 11月16日(土)9時30分～11時  
場 ロード宮城総合運動場  
対 中学生以下を除く一般  
申 11月5日(火)からじよぶJOBジョブズ宮城体育館  
☎027-283-8735へ



初心者向けのアイススケート教室

時 11月12日～来年3月18日の火曜11回  
場 ALSOKぐんま総合スポーツセンター(関根町)  
対 年中～小6  
¥1万円と貸靴代  
申 11月12日(火)に会場へ直接  
場 市スケートクラブ・関口さん  
☎027-231-0150



●パリ五輪金メダリストによるレスリング教室  
時 11月30日(土)10時～12時  
対 年中～中3、先着100人  
申 二次元コードの申し込みフォームで。または同館へ  
レスリング教室 申し込みフォーム  
櫻井 つぐみさん 元木 咲良さん

