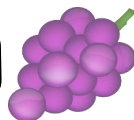


駐車場混雑予想 9月



いつも新座市民総合体育館をご利用いただきまして、誠にありがとうございます。
鈴虫の音が美しく聞こえる季節となり、過ごしやすくなりましたが、お変わりございませんか。夏バテは秋に出るとも申しますので、体にはくれぐれもお気をつけください。
(公財) 新座市スポーツ協会

☆筑波山トレッキングツアーご案内☆

日時：令和4年10月25日（火）雨天決行
午前7時に新座市民総合体育館集合
行先：茨城県つくば市
対象：新座市在住または在勤・在学の健康に自信がある18歳以上の方で4時間程度歩ける方
定員：25名（応募多数の場合は抽選）
費用：1名 6,600円（軽食代含む）
内容：初心者向けの日帰りトレッキングです。
申込：往復ハガキで9月15日（木）必着
グループでの申込は、全員の氏名、住所、電話番号、年齢を記入して下さい。
詳しくは9月号「広報にいざ」または直接窓口へ。



☆駐車場の混雑が予想されます



☆大会が入っているためジョギングコースは不可

				1(木)	2(金)	3(土)
						 
4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
 	休館日					
11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
 	休館日					
18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
 	 	休館日			 	 
25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
	休館日					



体育館ご利用時間
9：00～21：30

<http://www.niiza-taikyou.or.jp>

新座市民総合体育館
048-478-8011

■今月の大会等の予定表

日付	行事名
9月3日	ロータスCUP
9月4日	ロータスCUP 弓道 重陽射会
9月11日	市民総合体育大会卓球の部 朝霞地区剣道合同稽古会（担当市）
9月18日	市民総合体育大会剣道の部
9月19日	バドミントン交流大会
9月23日	市民総合体育大会バレーボールの部

※大会やイベントは中止や変更がある場合があります。

■新座市スポーツ協会主催事業「EVEREVER」のご紹介

曜日	時間	コース名
火曜日	10：00～	リズムエアロ
水曜日	10：00～	シェイプアップEX、骨盤調整エクササイズ
木曜日	10：00～	脂肪燃焼エアロ
金曜日	10：00～	シンプルステップ、パワーヨガ
	11：15～	からだ調整エクササイズ
土曜日	10：00～	リフレッシュヨガ、ピギナーエアロ

※ご参加には会員登録の上、整理券及びチケットが必要となります。

※詳細については、体育館窓口までお問合せください。

※諸事情により、急遽、事業中止や変更となる場合があります。

