

# 駐車場混雑予想 4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。  
春風の心地よい季節になりましたが、お変わりなくお過ごしでしょうか。  
花冷えの頃は体調を崩しやすいものです。どうぞご自愛ください。

(公財) 新座市スポーツ協会

## ☆春の歩け歩け大会のご案内☆

日時：令和6年5月28日(火) 雨天決行  
午前6時に新座市民総合体育館集合  
行先：群馬県前橋市  
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：40名(応募多数の場合は抽選)  
費用：1名 5,500円(軽食代含む)  
内容：日帰りの赤城山ハイキング。雨天決行  
申込：ハガキで4月14日(日)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4月号「広報にいざ」または直接窓口へ。

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

☆大会開催予定のためジョギングコースは原則利用不可

☆駐車場の混雑が予想されます



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                   |
|-------|-----------------------|
| 4月6日  | ミニバスケットボール地域交流大会      |
| 4月7日  | ミニバスケットボール地域交流大会      |
| 4月21日 | 新座市バスケットボール春季大会(一般の部) |
| 4月28日 | 春季バドミントンダブルス大会        |

※大会やイベントは中止または変更される場合があります。

## ■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 | 9:30~  | ビギナーサーキット    |
|     | 10:30~ | からだすっきりストレッチ |
| 水曜日 | 9:30~  | ゆる筋トレ        |
|     | 10:30~ | 腰痛予防EX       |
| 金曜日 | 9:30~  | ヨガ           |
|     | 10:30~ | リンパストレッチ     |

※ご参加には会員登録の上、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。

※令和6年4月から6月まで、体育館の空調工事に伴い2階ロビーでの代替レッスンとなります。

