

# 駐車場混雑予想 5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。  
木々の緑が日に日に濃さを増しておりますが、お変わりございませんか。過ごしやすい季節ではありますが、体調をくずさないようお気をつけください。

(公財)新座市スポーツ協会

## ☆入笠山トレッキングツアーのご案内☆

日時：令和5年6月7日(水) 雨天決行  
午前6時に新座市民総合体育館集合  
行先：長野県諏訪郡富士見町  
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 6,600円(軽食代含む)  
内容：120万本もの白い可憐な花「すずらん」が咲く季節となる入笠山を歩く、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5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5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) | 31(水) |       | ☆大会開催予定のため<br>ジョギングコースは原則利用不可 |       |
|       | 休館日   |       |       |       | ☆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                    |
|-------|------------------------|
| 5月5日  | 弓道 端午射会                |
| 5月7日  | 春季バスケットボール大会           |
| 5月12日 | クローバー杯バドミントン大会         |
| 5月13日 | 春季ミニバスケットボール大会         |
| 5月14日 | 春季ミニバスケットボール大会         |
| 5月20日 | 卓球フェスティバル&市内ラージボール卓球大会 |
| 5月21日 | 第94回市民剣道大会             |
| 5月27日 | 春季バレーボール大会             |
| 5月28日 | 春季卓球大会                 |

※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 | 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~ | 姿勢改善エクササイズ <b>[NEW]</b> |
| 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~ | ビギナーエアロ、リフレッシュヨガ        |
|     | 11:15~ | キックボクシングEX <b>[NEW]</b> |

※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。

