

新旭地域スポーツ振興会主催
令和4年

みんなで楽しく歩こう！

健康ウォーキング

子どもから高齢者まで、気軽に楽しくウォーキングしましょう！

5月22日(日)

雨天中止



- ★協力: 高島市健康推進員協議会新旭支部
- ★高島市スポーツ推進委員会主催

里湖で地域を結ぶウォーキングと同時開催

新型コロナウイルス感染防止対策にご協力を！

内容

8:30 受付開始
9:00 ウォーキングスタート
10:30頃 ... ゴール
11:00 解散

申込〆切 5月13日(金)



新旭体育館 ⇨ 大荒比古神社 ⇨ 新旭体育館 (約6kmのコース)

※スタート・ゴールは同一場所です。

参加資格

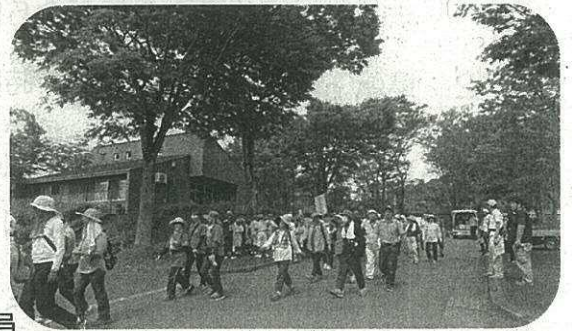
6kmコースをゆっくりでも完歩できる健康な方

参加料

100円(当日お持ちください)
(スポーツ推進委員会のウォーキング参加料)

その他

- ①ウォーキングができる服装・靴でご参加ください。
- ②開催中の怪我等については、スポーツ推進委員会が加入する傷害保険の範囲で対応します。
- ③雨天等で中止の場合は、当日午前8時に防災行政無線でお知らせします。
- ④新型コロナウイルス感染症対策のため、事前申し込みが必要です。
- ⑤新型コロナウイルスの感染状況により、中止する場合がありますので、ご了承ください。
- ⑥参加される場合は、当日の朝に必ず検温してご参加ください。



お問い合わせ&申込み先 新旭公民館(高島市観光物産プラザ内)

TEL25-5500

健康ウォーキング 申込書

令和4年5月22日実施 新旭地域スポーツ振興会

氏名	年齢	性別	住所	連絡先

今後のスポーツ事業のご案内

スポーツは、健康で明るい文化生活を営む上で極めて重要な役割を果たしており、スポーツを通じて体を動かすことで、体力の向上、ストレスの発散、生活習慣病の予防など心身の両面にわたる健康の保持増進が図られます。

新旭地域スポーツ振興会は、それぞれの年齢にあった運動を市民が「いつでも」「どこでも」「だれでも」「いつまでも」気軽にスポーツに親しむ環境づくりを目指して、事業を計画しています。

さあ、みなさんいっしょに楽しみましょう！

第11回 新旭地域スポーツ大会

- 1 開催日：令和4年10月9日（日）午前8時30分から12時
- 2 場所：湖西中学校グラウンド

玉入れ、つなひき、グランドゴルフなどなど・・・



こどもから、高齢者まで毎年大活躍！

運動会感覚で、みんなが楽しめます。



ビーチボール体験教室（公民館教室との共催）

日頃の運動不足解消に、軽く汗を流しましょう！

- 1 開催日：令和4年9月2日、9月16日、10月14日、10月21日
10月28日（全5回、金曜日）

- 2 場所：新旭体育館
- 3 時間：午後8時～10時

◇柔らかなビニール製のボールで、バレーを楽しみましょう！
柔らかいボールで、手や腕の痛みはありません。

◇参加費は1回200円です。事前申込不要！（18歳以上）

◇体験を生かして、11月13日（日）のビーチボール大会に参加しましょう！



団体での申込大歓迎

ビーチボール・卓球大会について

- 1 開催日：令和4年11月13日（日）午前8時30分から12時
- 2 場所：新旭体育館、湖西中学校体育館



😊 日頃の運動不足解消に、楽しく参加してみませんか



さあ！うでだめ

詳細は後日お知らせします。お楽しみ

お問い合わせ先 新旭地域スポーツ振興会
事務局 新旭公民館(25-5500)