

3 / 26 (日)

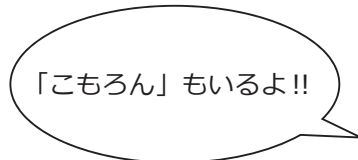
午前10時～  
12時30分

第7回

# 『小諸スポーツフェスティバル』

小諸市総合体育館 &  
すぱーく小諸

いろんなスポーツが一举に大集結します。ご家族そろって参加してもよし！友達同士で楽しんでもよし！どなたでも参加できる「小諸スポーツフェスティバル」を開催します。当日は、「こもろん」も応援に来ます。皆様のご参加をお待ちしております！



### ◆スポーツの種類

- ・ソフトバレー・卓球・バドミントン・ストラックアウト・キックターゲット・ペットボトルボウリング・フリースロー 他

### ◆イベント

- ・パン食い競争・抽選会・ミニ緑日・ゆる体操教室



### ■健康ヨガ教室

- ・開催日 3月13日(月)・27日(月)
- ・時間 午前10時30分～11時30分
- ・場所 総合体育館マット室
- ・料金 1回650円  
(回数券：4回分2,400円)
- ・講師 中河 純子さん  
(広池ヨガ師範、ながかわ健康ヨガ教室主宰)



### ■ゆる体操教室 (ヨガ・呼吸法を取り入れた体操で、体幹強化とリフレッシュを図る)

- ・開催日 3月5日(日)・19日(日)
- ・時間 午後2時30分～3時30分
- ・場所 総合体育館マット室  
(又は会議室)
- ・料金 1回500円
- ・講師 宮崎 誠さん (男性)



### ■小諸スラムダンクスクール新規生徒募集

(信州ブレイブウォリアーズ監修)

- ・開催日 毎週木曜日  
(詳細はお問い合わせください。)
- ・時間 午後7時～9時
- ・場所 総合体育館
- ・料金 入会金10,000円 月謝4,000円
- ・講師 上田 貴浩選手  
(信州ブレイブウォリアーズ選手)



### ■野球教室の開催

市教育委員会及び長野県高野連が主催する野球教室を開催します。小諸地域の小学生と高校生が互いに野球で交流し、人間的な成長と技術の向上を目的としています。

- ◆日時 3月19日(日) ※雨天中止  
午前9時～午後1時30分
- ◆場所 南城公園野球場
- ◆対象者 市内のスポーツ少年団及び育成会の野球チームに所属する小学2～6年生の選手と指導者
- ◆参加費 無料
- ◆申込期限 3月10日(金)まで
- ▼申し込み・問い合わせ先 生涯学習課 体育係

### ▼問い合わせ先

小諸市総合体育館 ☎23-3800