

◆回や曜などの略字の見方は20ページ
 ◆図どなたでも、図特になし、■無料、□不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
 ◆■に電話、ファクス、Eメール、■(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
 [アオ]=アオーレ長岡 [市セ]=市民センター
 [大手]=大手通庁舎 [さい]=さいわいプラザ

中越高校野球部 県大会優勝を報告

夏の甲子園大会をかけた地方大会が中止になった今年。7月・8月に行われた県高等学校野球連盟の代替大会で優勝した中越高校野球部が8月28日、アオーレ長岡で大会成績を報告しました。

主将の廣瀬航大さんは、「甲子園大会がなくなった異例の夏でしたが、たくさんの人から声援や激励をもらいました。このような形で市民のみなさんに想いを伝えられたので良かったです」と感謝を述べました。



▲大会成績を報告する主将の廣瀬航大さん(右)と優勝を喜び中越高校野球部員

スポーツ

長岡市スポーツ協会(以下スポ協) ☎025-34-21300と加盟団体の催し

1 市民スポーツ祭 ハンドボール大会
 10月25日(日)午前9時から
 場 北部体育館 ☎1チーム2,000円 申 10月16日(金)までに市民体育館にある申込書で

2 オータムジュニアテニス大会
 10月31日(土)、11月1日(日) 場 希望が丘テニス場 種目 Ⅱ

3 ゲートボール教室
 ① 11月1日、29日 ② 12月6日、27日 ③ 毎週日曜日 午前10時～正午(各計4回) 場 ① 高齢者センターふそぎ ② 同まきやま ☎各1,000円
 申 10月26日(月)までに長岡市ゲートボール連盟・壁島さん ☎080-2016-2436へ

4 親子DEリズム体操教室
 毎週月曜日午後5時30分～6時15分 場 ダイエープロビスフェニックスプール 対 4歳～小学2年生と保護者 ☎4回500円 申 長岡着柴スポーツクラブ(スポ協内) ☎34-2130

5 陸上競技場 ☎27-6300
1 簡単！筋力トレーニング教室
 10月16日(金)・23日(金)・30日(金) 午前10時～10時45分 対 20歳以上 定 各20人先着 ☎各500円 申 各前日まで

2 簡単！健康運動教室
 10月13日(火)・20日(火)・27日(火) 午前10時～10時45分 対 20歳以上 定 各10人先着 ☎各500円 申 各前日まで

3 目指せ！前跳び後ろ跳び！なわとび教室
 10月20日(火)・27日(火) ② 23日(火) 午前10時～10時45分 対 20歳以上 定 各10人先着 ☎各500円 申 各前日まで

4 ヒップホップダンス教室
 10月13日、12月22日の毎週火曜日午後6時30分～7時30分(計10回) 講プロダンサー・SUGURUさん 対 小学生～高校生 定 15人先着 ☎6,000円 申 10月5日(月)から

5 ソフトダンベル教室
 10月14日、12月23日の毎週水曜日午後2時～3時30分(計11回) 定 15人先着 ☎6,600円 申 10月5日(月)から

6 シェイプアップトレーニング教室
 10月15日、12月24日の毎週木曜日午後6時～7時(計11回) 定 10人先着 ☎5,500円 申 10月5日(月)から

7 ニュータウン運動公園 ☎86-7386
1 苦手克服！とび箱教室
 10月14日(水)・21日(水)・28日(水) 午後6時～7時 対 小学1・2年生 定 各20人先着 ☎

2 やさしいヨガ教室
 各1,000円 申 各前日まで
 10月12日(月)・19日(月)・26日(月)・11月2日(月)・9日(月) 午前10時～11時 対 20歳以上 定 各20人先着 ☎各500円 申 同ヨガマット(ある人) 各前日まで

3 アルビレックス新潟スワール・本間塾コーチのサッカー教室
 10月25日(日) 対 小学1～2年生 午後2時30分～3時40分、小学3～6年生 午後4時～5時10分 定 各30人先着 特外履き(サッカースパイク不可) 申 10月10日(土)から

スポーツ教室(10月～12月)

申 10月10日(土)から各施設へ電話または窓口で。詳しくはお問い合わせください

施設名	教室名	10月初回	曜日	時間	回数	対象	定員(先着)	料金
南部体育館 ☎39-3600	①キッズ運動教室	19日	月	16:00～17:00	8回	年長児～小学3年生	20人	4,000円
	②シニアいきいき体操	20日	火	10:00～11:00	9回	60歳以上	11人	4,500円
	③ゆったりエアロビクス			13:30～14:30				
	④女性のためのシェイプアップエクササイズ	21日	水	19:30～20:30	11回	女性	10人	5,500円
	⑤体幹トレーニング(水)			10:00～11:00				
	⑥かんたんリズム体操	22日	木	12:00～13:00	11回	どなたでも	30人	6,600円
	⑦くつろぎヨガ			14:00～15:00				
	⑧バレトン(水)	23日	金	19:30～20:30	12回	11人	7,200円	5,500円
	⑨体幹トレーニング(木)			10:00～11:00				
	⑩ナイトヨガA	24日	土	19:00～20:00	11回	10人	4,500円	3,600円
	⑪バランスボールエクササイズ			10:00～11:00				
	⑫バレトン(金)	25日	日	19:00～20:00	6回	30人	5,500円	3,000円
	⑬シェイプアップボクシング			20:10～21:10				
	⑭運動スキルアップ教室	26日	月	9:30～10:30	6回	小学1～3年生	20人	5,400円
北部体育館 ☎24-6116	①リフレッシュヨガ	12日	月	10:00～11:00	9回	どなたでも	31人	4,500円
	②体幹トレーニング(中級)			19:00～20:00				
	③ウォーキング(昼)	13日	火	13:30～14:30	10回	10人	5,000円	6,000円
	④ウォーキング(夜)			18:30～19:30				
	⑤ウエストシェイプ	14日	水	19:45～20:45	9回	25人	5,000円	4,000円
	⑥引き締めるピラティス			13:30～14:30				
	⑦体幹トレーニング(初級・夜)	16日	金	19:30～20:30	7回	20人	4,500円	7,000円 1人 4,200円
	⑧ソフトバレエ			10:00～11:30				
	⑨体幹トレーニング(初級・昼)	17日	土	13:30～14:30	9回	40人	4,500円	6,000円
	⑩HIPHOPダンス			17:30～18:30				
新産体育館 ☎46-4601	①朝からゆったりヨガ	19日	月	10:30～11:30	10回	どなたでも	30人	5,000円
	②健康体操(月)			14:00～15:00				
	③ピラティス			19:00～20:00				
	④集中！ウエストシェイプ			20:00～21:00				
	⑤冬季テニス	21日	水	10:00～12:00	10回	16歳以上	20人	8,000円
	⑥ヒップホップダンス			19:00～20:00				
	⑦いきいき健康ヨガ	15日	木	10:30～11:30	8人	30人	6,000円	5,000円
	⑧健康体操(木)			14:00～15:00				
	⑨体幹トレーニング	16日	金	20:00～21:00	8人	8人	5,000円	
	⑩バランスボール			19:30～20:30				

本間塾コーチが熱血指導。初心者でも楽しく参加できます