

9月30日
9時

市民スポーツ・健康フェスティバル

岡志別の森運動公園会場

市民パークゴルフ大会 (男子の部・女子の部)

36ホール (18ホール × 2ラウンド)
ストロークプレイ個人戦
時間 8時30分まで受け付け
対象 18歳以上の方
定員 120人
参加料 600円 (参加賞込み)
※男子の部10位まで女子の部5位まで賞品。(B賞、ホールインワン賞、参加賞あり)
申し込み 9月8日(土)~23日(日)に岡志別の森運動公園 (☎2525)

市民ソフトボール大会

トーナメント方式 (5回・50分)
時間 8時30分まで受け付け
定員 16チーム (高校生以上・監督を含む12人以内)
参加料 5,500円
申し込み 9月13日(木)9時に文化・スポーツ振興財団へ申込書を提出 (定員を超えた場合はその場で抽選)
※申込書は同財団・総合体育館で配布。

駅伝競走大会

・小学生低学年 (1~3年生) の部
・小学生高学年 (4~6年生) の部
・中高一般の部 (男子・女子)
時間 8時30分まで受け付け
※1チーム5人。
申し込み 9月10日(月)~20日(木)に社会教育グループ (☎1129)

ヘルスウォーキング大会

岡志別の森運動公園⇒道道上登別室蘭線 (782号線) ⇒中学校通⇒中央通⇒岡志別の森運動公園 (約4.5km)
時間 8時30分まで受け付け
定員 50人
持ち物 タオル、リュックサック、帽子、飲料水、雨具、ポール (お持ちの方) など
申し込み 9月10日(月)~20日(木)に社会教育グループ (☎1129)

軽食コーナー

時間 11時~13時30分
カレーライス (500円)
そば・うどん (400円)
おにぎり (150円)



ふれあいサッカーコーナー

ロードサル、キックターゲットなど楽しいゲームを行います。
対象 幼児~小学生
問い合わせ スポーツコミュニティのぼりべつクラブおにスポ (☎7444)



市民プールらくあ会場

水中レクリエーション

鬼ごっこやリレー、バケツ遊びを楽しめます。

時間 10時~10時30分
13時~13時30分

AED講習会

救急救命士がAEDの使い方を説明します。
時間 11時30分~13時

水中玉入れ競争 (大人・子ども)

時間 11時15分~11時30分、
14時~14時15分

個人タイム計測

時間 10時~15時

トレーニングルーム

トレーナーのアドバイスで安心トレーニング。

時間 9時30分~16時

対象 中学生以上 (動きやすい服装と上履き持参)

障害物競走

時間 12時~12時15分

リラクゼーションルーム~癒し処~

日本工学院北海道専門学校の学生によるボランティアマッサージ体験。

時間 10時~15時

※競技終了後は、岡志別の森運動公園、市民プールともに17時まで無料開放。

※駐車場は岡志別の森運動公園前と北海道青達(株)幌別事業所特設駐車場をご利用ください。

問い合わせ 社会教育グループ (☎1129)