No Sports No Life

健康太極拳のススメ

健康太極拳は、中国の簡化太極拳二十四式をもと に、日本人に合うように考案された健康体操法です。 深い呼吸をすることで心と体を健康にし、老化の防 止にも役立ちます。

やわらかく、ゆったりとした動きなので、激しい運 ‡ 動が苦手な方や、体力に自信のない方にもお薦めです。また、年齢 や性別に関係なく、どなたでも、自分のペースで長く続けることが できます。

「風邪をひきにくくなった」「下半身が丈夫になった」など、多くの 方が健康の維持につながっていると感じています。

健康太極拳をやってみたい方は、豊川市健康太極拳協会(88-4646)まで、お問い合わせください。



スポーツ課

/88-8036

詳しい情報は

豊川市 スポーツ課 検索





秋期テニススクール

期日 ▶ 9月5日~10月24日の毎週土曜日(全8回) 時間 ▶ ジュニアは9:00~10:30/一般は10:30 \sim 12:00

会場 ▶ 桜ヶ丘公園庭球場

対象▶ジュニアは市内の小学4~6年生/一般は 市内に在住、在学、または在勤の16歳以上

定員 ▶ ジュニア·一般各40人(先着順)

費用 ▶ 5,000円(8月29日生)の説明会時に徴収)

申込▶8月2日~28日、直接、総合体育館へ

問合せ ▶総合体育館 €86-5175



小坂井B&G海洋センター無料開放

期日 ▶ 7月20円(月)

時間▶1部は9:30~11:00/2部は11:30 ~13:00/3部は13:30~15:00/4部は 15:30~17:00/5部は18:00~20:30

整理券▶各部150枚。7月18日出・19日田の 8:30~20:30、小坂井B&G海洋センターで 先着順に配布(1人2枚まで)

問合せ ▶ 小坂井B&G海洋センター 73-1850



第2期水泳教室

期日 ▶ 9月8日~12月8日(全10回)

会場 ► 小坂井B&G海洋センター

対象▶親子ベビーは2.3歳児と保護者/子ども水泳 は園児・小学生/成人水泳・水中エアロは15歳以上

費用 ▶ 1万800円(親子ベビーは1万1.300円)

申込▶6月30日~7月10日、直接、会場へ。応募者 多数の場合は、市内に在住の方を優先の上、抽選

問合せ ▶ 小坂井B&G海洋センター € 73-1850

愛知スポーツ・レクリエーション フェスティバル2015 東三河地区大会

下記種目の参加者を募集します。詳しくは、 スポーツ課へお問い合わせください。

種目	期日	会 場
ターゲットバードゴルフ	8月16日(日)	豊橋グリーンスポーツセンター
ペタンク	8月22日(土)	豊橋市陸上競技場
ソフトバレーボール	8月30日(日)	豊橋市総合体育館
タスポニー	8月30日(日)	豊橋市新栄地区体育館
ネオホッケー	9月 6日(日)	豊川市総合体育館
グラウンド·ゴルフ	9月12日(土)	桜淵公園いこいの広場
ディスクゴルフ	9月27日(日)	新城総合公園

● その他スポーツ関連行事

行事名	日時	会 場	対 象	申 込	
夏休みカヌーに乗ろう!	7月27例10:00~12: 00/14:00~16:00	小坂井B&G 海洋センター	由区(ハハラ:3~6年年	7月7日~15日、直接、会場へ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	
市長旗争奪 バレーボール大会	8月9日(日)9:00~17:00	総合体育館	市内に在住、在学、または在勤の方で編成されたチームと協会加盟チーム	7月1日~8月4日、申込書を直接、または郵送で、豊川市バレーボール協会(東上町柿木平13の164 竹下宅)へ 働豊川市バレーボール協会93―4848	
東三河ジュニアゴルフ 大会		東海カントリー クラブ		7月1日~8月10日、直接、会場へ	