

いい汗をかいてリフレッシュ 夏のスポーツ特集

凡例
時日時
場所
集
人
費
内
師
保
縮
申
問
HP
E

江東区民水泳大会

時 8/31(日) 午前の部(小学生)受付 8:00~8:30、午後の部(中学生・高校生・一般・壮年)受付12:30~13:00(小雨決行) ※参加者は必ず受付し、招集を受けること 場 越中島プール(越中島1-3-23) ※車での来場不可 人 区内在住・在勤・在学の方(学連登録者は除く) ※児童・生徒の引率は保護者・先生が行うこと【部別・種目】右表のとおり【出場種目制限】1人2種目まで。小学生のみ1人1種目(リレー・メドレーリレーは除く)。リレー種目は1団体1チーム(小中学生は個人・クラブチームでのリレー参加はできません。申込後のメンバー変更不可) 費 小学生100円、中学生200円、高校生以上300円 締 7/21(月・祝) 申 スポーツ振興課(区役所4階34番)、区内各スポーツセンター・夢の島競技場または水泳連盟事務局

(猿江2-14-1)で配布している申込書(区ホームページからも入手可)に記入し、各窓口で※区内小・中学生は所属学校を経由して申込。所属学校が参加しない場合および区外の児童生徒は個人で申込 問 スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎3647-4887、水泳連盟事務局 ☎080-5646-4565

(m)		小学生	中学生	高校生	一般	壮年
自由形	男	100	100	100	100	50
	女	50	50	50	50	
平泳ぎ	男	50	100	100	100	50
	女	50	50	50	50	
バタフライ	男	50	100	100	50	50
	女	50	50	50	50	
背泳ぎ	男	50	100	100	50	50
	女	50	50	50	50	
リレー	男	200	400	400	200	
	女	200	200	200		
メドレーリレー	男	200	200	200	200	
	女	200	200	200		

※リレー・メドレーリレーは4人一組 ※壮年男子は40歳以上・壮年女子は30歳以上

江東区民陸上競技大会

時 9/7(日) 8:30 集合(雨天決行) 場 夢の島競技場(夢の島1-1-2) ※車での来場不可 人 区内在住・在勤・在学の方 費 小学生100円、中学生200円、高校生以上300円【部別・種目】下表のとおり【出場種目制限】1人2種目まで。ただし、小学生は1人1種目(いずれもリレーは除く)。中学生の部のリレーは1団体から3チームまで可 ※一般の部は高校生以上参加可、

小・中学生は不可 締 7/27(日) 申 スポーツ振興課(区役所4階34番)、区内各スポーツセンター、夢の島競技場にある申込書に記入し、参加費を添えて各窓口で※原則として、区内小・中学生の申込は所属学校を経由して申込、学校から申し込まない場合は、責任者または保護者が申込 問 スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎3647-4887

部門	競技種目
男子	一般 100m・400m・800m・1,500m・5,000m・4×100mR・走高跳・走幅跳・砲丸投7.26kg(9種目)
	壮年 5,000m(40歳代)・5,000m(50歳代)・5,000m(60歳以上)(3種目)
	中学生 100m・200m・800m・3,000m・4×100mR・110mハードル・走高跳・走幅跳・砲丸投5kg(9種目)
女子	小学生 50m(1~3年生)・100m(4~6年生)・4×100mR・走幅跳(4種目)
	一般 100m・5,000m・走高跳・走幅跳・砲丸投4kg(5種目)
	中学生 100m・200m・800m・4×100mR・100mハードル・走高跳・走幅跳・砲丸投2.72kg(8種目)
小学生 50m(1~3年生)・100m(4~6年生)・4×100mR・走幅跳(4種目)	

※壮年の年齢は大会当日満年齢

江東区民ゴルフ大会

時 9/2(火) 場 若洲ゴルフリンクス(若洲3-1-2) 人 区内在住で18歳以上のアマチュアゴルファー200人(男子150人女子50人) 7/18(金) 15:00~江東区文化センター6階第4会議室で公開抽選 費 12,000円(グリーンフィ・キャディフィ・賞品代・保険料を含む) 内 18Hストロークプレー(新ペリア方式)【部別】男子・女子 締 7/14(月) 必着 申 往復はがき

(1人1枚、重複申込・名義借り無効)に①大会名②郵便番号・住所③氏名(ふりがな)④性別⑤年齢・生年月日⑥電話番号(自宅と昼間連絡先)⑦ハンディ(オフィシャルまたはプライベート)⑧キャンセル待ち希望の有無を記入し、〒135-8383区役所スポーツ振興課スポーツ振興係へ ☎3647-4887

硬式テニス・ソフトテニス教室

1. 硬式テニス教室 場 新砂庭球場(新砂3-9-1) ※巡回バス(無料)を運行

2. ソフトテニス教室 場 荒川・砂町庭球場(東砂3-28-13) ※いずれも 時 人 下表のとおり(抽選) 費 8,800円(7,13,19は6,600円) 師 日本テニス協会指導員・日本ソフトテニス連盟指導員 締 7/11(金) 必着 申 往復はがき(1人1枚)に①教室名②番号③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢(学年)⑥電話番号⑦テニス経験の有無⑧レンタルラケットの要・不要を記入し〒136-0081夢の島1-1-2夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所へ ☎3522-0846

硬式テニス教室(水曜)

番号・期間(回数)・時間	定員
1 9:15~10:45	16歳以上の女性22人
2 11:00~12:30	16歳以上20人
3 7/30~9/24(8/13を除く全8回)	16歳以上7人
4 12:45~14:15	4~6歳10人(未就学児)
5 14:45~15:45	小学1~6年生24人
6 16:00~17:00	小学1~6年生24人
7 7/30~9/10(8/13を除く全6回)	小学1~6年生24人

ソフトテニス教室(木曜)

番号・期間(回数)・時間	定員
14 9:15~10:45	16歳以上の女性10人
15 11:00~12:30	16歳以上10人
16 7/31~9/25(8/14を除く全8回)	16歳以上10人
17 13:10~14:40	4~6歳10人(未就学児)
18 14:45~15:45	小学1~3年生10人
19 16:00~17:00	小学4~6年生10人
7/31~9/11(8/14を除く全6回)	小学4~6年生10人

硬式テニス教室(木曜)

番号・期間(回数)・時間	定員
8 9:15~10:45	16歳以上の女性22人
9 11:00~12:30	16歳以上20人
10 7/31~9/25(8/14を除く全8回)	16歳以上7人
11 12:45~14:15	4~6歳10人(未就学児)
12 14:45~15:45	小学1~6年生24人
13 16:00~17:00	小学1~6年生24人
7/31~9/11(8/14を除く全6回)	小学1~6年生24人

江東区民ラジオ体操大会

さわやかな朝、自然と触れ合いながら、健康づくりにラジオ体操で汗を流しましょう 時 7/20(日) 6:00~6:50 場 木場公園北地区多目的広場 ※雨天の場合は深川北スポーツセンター(平野3-2-20) 人 どなたでも※

先着1000人に参加賞を差し上げます 【主催】江東区・江東区教育委員会・江東区体育協会【後援】かんぽ生命深川支店【主管】江東区ラジオ体操連盟 申 当日直接会場へ 問 スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎3647-4887

越中島プール水泳教室

1. 親子スイミング 人 おおむね3~6歳の幼児と保護者20組40人(申込順) 内 水と親しみ、水と遊ぶことを目的とした教室 ※アームヘルパー持参
2. 青空スイミング 人 ①小学1~6年生30人②クロールで25m泳げる小学1~6年生40人(区内在住・在学者を優先し抽選) 内 ①クロール25m完泳コース②クロール・平泳ぎレベルアップコース
3. 星空スイミング 人 高校生以上①10人②15人(区内在住・在勤者・在学者を優先し抽選) 内 ①クロール25m完泳コース②4泳法レベルアップコース(50m単位の練習を行います) ※いずれも 場 越中島プール 時 費 右表のとおり 締 7/18(金) 必着

(2・3のみ) 申 1は7/6(日)9:00~越中島プールに電話または窓口で、2・3は往復はがき(1人1枚)に①教室名(コース番号)②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤年齢(学年)⑥電話番号⑦保護者氏名⑧区外在住で区内在勤の方は勤務先および所在地、区内在学の方は学校名を記入し、〒135-0044越中島1-3-23越中島プールへ郵送または窓口(はがき1枚持参)で ☎5620-0045

教室名	日程	費用
親子スイミング	7/19(土) 10:00~11:00	2人で400円(入場料込)
青空スイミング	8/4(月)~8/8(金) ①10:00~11:00 ②11:00~12:00 (全5回)	3,750円(入場料込)
星空スイミング	7/28(月)・30(水)、8/1(金)・4(月)・6(水) 19:30~20:30 (全5回)	5,000円(入場料込)

めざせ25m 小学生水泳教室

25m泳げることを目標に、夏休み短期集中水泳教室を開催します。今年の夏こそ、25m泳げるようになりましょう! 時 8/4(月)~8(金) ①クロールコース16:00~17:00 ②平泳ぎコース17:00~18:00(全5回) 場 ス

スポーツ会館(北砂1-2-9) 人 どちらのコースも10m以上泳げて25m完泳できない小学生各40人(申込順) ※①②両方の受講不可 費 2,800円 申 7/6(日)9:00からスポーツ会館に電話または窓口で ☎3649-1701

実業団選手に教わる高校生バドミントンクリニック

日本リーグ優勝や、オリンピック代表を輩出した実績のある「日本ユニシス(株)実業団バドミントン部」(本社:江東区)の皆さんをお招きします。一流選手による指導が体験できる貴重な機会です 時 8/1(金) 13:30~

16:30 場 有明スポーツセンター7階大体育室(有明2-3-5) 人 区内在住・在学中の高校生でバドミントン経験者50人(抽選) 費 無料 締 7/18(金) 申 有明スポーツセンターに電話または窓口で ☎3528-0191

東砂SCランニングクラブ2014

江東シーサイドマラソンに向けて約4か月間、クラブとして練習をします。練習方法がわからずに悩んでいる方など、一緒に完走を目指す仲間を募集します 時 8/1(金)~大会当日まで(練習日は週1回、金曜(夜間)、土曜(昼間)、日曜(昼間)のいずれかを予定) ※シーサイドマラソン大会への参加は別途申し込みが必要です 場 東砂スポーツセンター・大島小松川公園 人 シーサイドマラソンエントリー予定のマラソン初心者

25人(初めての受講者・区内在住・在勤・在学者優先し、抽選) 費 8,000円(トレーニング室会員証3か月料金として) ※別途大会参加費 締 7/12(土) 必着 申 往復はがきに①ランニングクラブ2014②郵便番号・住所③氏名(ふりがな)④年齢・生年月日・性別⑤電話番号・緊急連絡先⑥ランニング経験(スポーツ歴、マラソン大会参加経験など)を記入し、〒136-0074東砂4-24-1東砂スポーツセンターへ ☎5606-3171

夏休みに挑戦 はじめての一輪車講習会

基本的な乗り方・降り方を練習し、10m程度を補助なしで走りきることを目標にします。保護者の方には補助方法等を指導しますので、必ず一緒にご参加ください 時 7/23(水)~25(金) 10:00~11:30(全3回) 場 亀戸スポーツセンター大体育室 人 全回参加できる区内の小学生と保護者25組(抽選、参加者以外の兄弟姉妹の同伴不可) 費 無料 師 (公社)日

本一輪車協会指導員※服装は動きやすいものを着用。親子共に室内用の運動靴が必要です 締 7/13(日) 必着 申 往復はがきに①講習会名②氏名(ふりがな)③年齢・学年④住所⑤電話番号⑥身長⑦保護者名⑧一輪車保有(有・無)を記入し、〒136-0071亀戸8-22-1亀戸スポーツセンターへ郵送または窓口(はがき1枚持参)で ☎5609-9571

親子でエンジョイ キッズパーク

時 7/17(木)・31(木)、8/7(木)・28(木) 10:00~12:00 人 未就学児とその保護者60組(先着順) 費 こども1人につき200円 内 体育館に遊具を

用意。また、簡単なママヨガも行います 申 当日直接会場へ 場 問 亀戸スポーツセンター(亀戸8-22-1) ☎5609-9571

[区内共通商品券の使用はお早めに]江東区内共通商品券の使い残しはありませんか。まだ、お手元にある方は、早めにご使用ください。 問 江東区商店街振興組合連合会 ☎3645-1231、経済課商業振興係 ☎3647-9502