



スポーツ・レクリエーション

◆キッズスポーツデー

日 時	平成31年5月11日(土) 時間未定		
会 場	市民体育館(小川町2-1)ほか		
内 容	子どもたちが自分に合ったスポーツを見つけるための、野球、サッカー、バドミントン、バスケットボール、剣道、空手など、10競技以上のスポーツ体験会です。		
対象・定員	市内在住の5歳～小学6年生	費用	無料
申込方法	未定		
持ち物・服装	室内用シューズ(市民体育館のみ)、水分補給用飲料、タオル、動きやすい服装		
問合せ先	スポーツ推進課 TEL:620-1608		

◆南市民体育館スポーツ教室 ヨーガ教室

日 時	①②平成31年5月13日(月)から毎週月曜日 ③④平成31年5月17日(金)から毎週金曜日 (全10回) ①9:00～10:20 ②10:30～11:50 ③19:00～20:00 ④20:15～21:15		
会 場	南市民体育館(島三丁目8-19)		
内 容	ストレス発散やリラックス効果、基礎代謝アップなど、ヨガには効用がたくさんあります。無理のないペースで行いますので、初心者の方でも安心して始められます。		
対象・定員	市内在住、在勤、在学の18歳以上、各30人	費用	各3,000円
申込方法	①②5月11日(土) 10:30から南市民体育館での説明会で申込 ③④5月11日(土) 11:30から南市民体育館での説明会で申込		
問合せ先	南市民体育館 TEL:630-0111		

◆南市民体育館スポーツ教室 親子体操教室

日 時	平成31年5月16日(木)から毎週木曜日 ①9:45～10:45 ②11:00～12:00 (全10回)		
会 場	南市民体育館		
内 容	親子や他のお友達と交流しながら、音楽に合わせてリズム体操をしたり、ボール、なわとび、マット、とび箱などを使って運動あそびを行います。		
対象・定員	保護者と子ども(2～3歳児)、各20組	費用	各3,000円
申込方法	5月11日(土) 9:30から南市民体育館での説明会で申込		
問合せ先	南市民体育館 TEL:630-0111		

◆第22回市長杯ゴルフ大会

日 時	平成31年6月3日(月) 8:00から		
会 場	茨木カンツリー倶楽部(東・西コース)		
内 容	1ラウンドダブルペリア方式		
対象・定員	18歳以上の市内在住、在勤、在学者でゴルフ連盟会員(申込み時登録可)、240人(多数の場合は抽選)		
費用	参加費3,000円、プレー代実費14,500円(キャディーフィー、昼食費含む)		
申込方法	4月6日(土)までに、往復ハガキに会員番号、郵便番号、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、事務局まで(〒567-0835新堂一丁目22-30 茨木市ゴルフ連盟事務局)		
問合せ先	茨木市ゴルフ連盟 TEL:632-2703		

◆新体力テスト

日 時	平成31年6月23日(日) 10:00～12:00(受付は9:30～9:50)		
会 場	南市民体育館		
内 容	20歳～64歳の測定種目:握力、長座体前屈、立ち幅とび、上体起こし、反復横とび、20mシャトルラン 65歳～79歳の測定種目:握力、長座体前屈、上体起こし、開眼片足立ち、6分間歩行、10m障害物歩行		
対象・定員	市内在住、在勤、在学の20歳から79歳	費用	無料
申込方法	氏名、年齢、性別、住所、連絡先をスポーツ推進課へ電話またはFAX(624-4767)		
持ち物・服装	体育館シューズ、タオル、運動のできる服装、飲み物		
問合せ先	スポーツ推進課 TEL:620-1608		