

冬もぽかぽか! 冬期運動促進事業開催!

主催:東北警備保障・吾妻スポーツ・米沢市スポーツ協会共同企業体

『冬でもHOTなランニング教室』

午前の部

期日:令和7年2月22日(土)9時~11時
会場:米沢市営人工芝サッカーフィールド外周
集合:サッカーフィールド内 クラブハウス
講師:ガンドウ・ベンジャミン氏
(おしよしな地域おこし協力隊)
参加料:無料
持ち物:着替え・タオル・ドリンク
募集:小学生以上中学生まで
定員:30名
申込み:人工芝サッカーフィールド
電話 0238-22-0007 9時~16時
締切り:2月20日(木)
荒天時:サッカーフィールド内クラブハウスでランニングの講話



ベンジャミン氏襻リレー (山形県縦断駅伝)



宇山氏 (仙台レース)

『生涯スポーツ!』

午後の部

『ノルディックウォーキング教室』

期日:令和7年2月22日(土)13時~15時
会場:米沢市営人工芝サッカーフィールド外周
集合:サッカーフィールド内 クラブハウス
講師:宇山栄一氏
(日本ノルディックフィットネス協会公認ベーシック
インストラクター)
参加料:無料
持ち物:背負いバック又はウエストバック、手袋
タオル、ドリンク、トレーニングシューズ
(注)ウォーキング用ポールは主催者で準備したポールを使用
募集:成人の方 20名
申込み:サッカーフィールド
電話 0238-22-0007 9時~16時
締切り:2月20日(木)
荒天時:サッカーフィールド内クラブハウスで
ウォーキングの講話

【お知らせ】冬を楽しく健康に!

米沢市スノーダンプ体操HPもご覧ください!
(日本体育大学×米沢市連携事業)

