

平成30年度冬季健康スポーツ教室

冬場の健康・体力作りに

歩くスキー始めてみませんか？

歩くスキーの知識や技術を学ぶことができます。

用具は一式レンタル可能！防寒具のみお持ちであれば参加できます。

平成31年1月10日(木)～3月14日(木)
毎週 木曜日 13:00～15:00
石狩市スポーツ広場歩くスキーコース他



【申込・問合せ先】 公益財団法人 石狩市体育協会
TEL:0133-64-1220 FAX:0133-64-1222
E-mail:i-sports@crocus.ocn.ne.jp

平成30年度冬季健康スポーツ教室「歩くスキー」開催要項

1. 主 旨 歩くスキーを通じて、身近に取り組むことのできる冬季スポーツの推進を図るとともに、継続的なスポーツ活動の機会と場の提供に努める。
2. 主 催 公益財団法人 石狩市体育協会
3. 日 時 平成31年1月10日～3月14日の毎週木曜日（全10回）
13:00～15:00（2時間）
4. 場 所 スポーツ広場 歩くスキーコース及び海洋センター周辺
5. 内 容 第1回 開講式、歩くスキーについての説明及び実技
第2回～第9回 実技
第10回 実技、閉講式
6. 対 象 石狩市内在住・在勤
7. 講 師 公益財団法人 石狩市体育協会職員
8. 定 員 50名
9. 参加料 1,500円 [初回1月10日（木）に徴収]
10. 申込締切 平成30年12月24日（月）
11. その他 防寒着、帽子、手袋をご用意下さい。
スキー用具の貸出は、1回につき別途100円かかります。
なお、貸出は数に限りがあります。
12. 申込先 公益財団法人 石狩市体育協会 スポーツ振興グループ
及 び 住 所 石狩市花畔337番地4（石狩市B&G海洋センター内）
問 合 先 電 話 64-1220
FAX 64-1222
担 当 福田