

# 第23回 スポーツの森・大津 ジョギングフェスティバル

## コロナに負けない体力づくり!

- 日 時 2月27日(日)  
午前9時:受付開始 午前10時15分:開会
- 種 目 ・2km(11:00スタート)  
・5km(11:45スタート)  
・ノルディックウォーキング教室(無料)(11:00スタート)
- 申込定員 500人 ※大会当日の参加受付はできません。
- 会 場 町運動公園  
開会式場(球技場)  
スタート・フィニッシュ(競技場)
- 参加料 大人:2,500円 子ども(中学生以下):1,500円
- 申し込み パンフレットをご確認のうえ次のいずれかの方法でお申し込みください。  
①インターネット ジョギングフェスティバルホームページにてお申し込みください。  
②窓口 申込書と参加料を持参してください。  
※パンフレットは町運動公園・町総合体育館・役場・町生涯学習センター・オークスプラザ・町内郵便局にて配布予定です。
- 申込期限 1月31日(月)まで
- 問い合わせ ジョギングフェスティバル実行委員会事務局(町総合体育館事務所内)  
☎096(293)8088

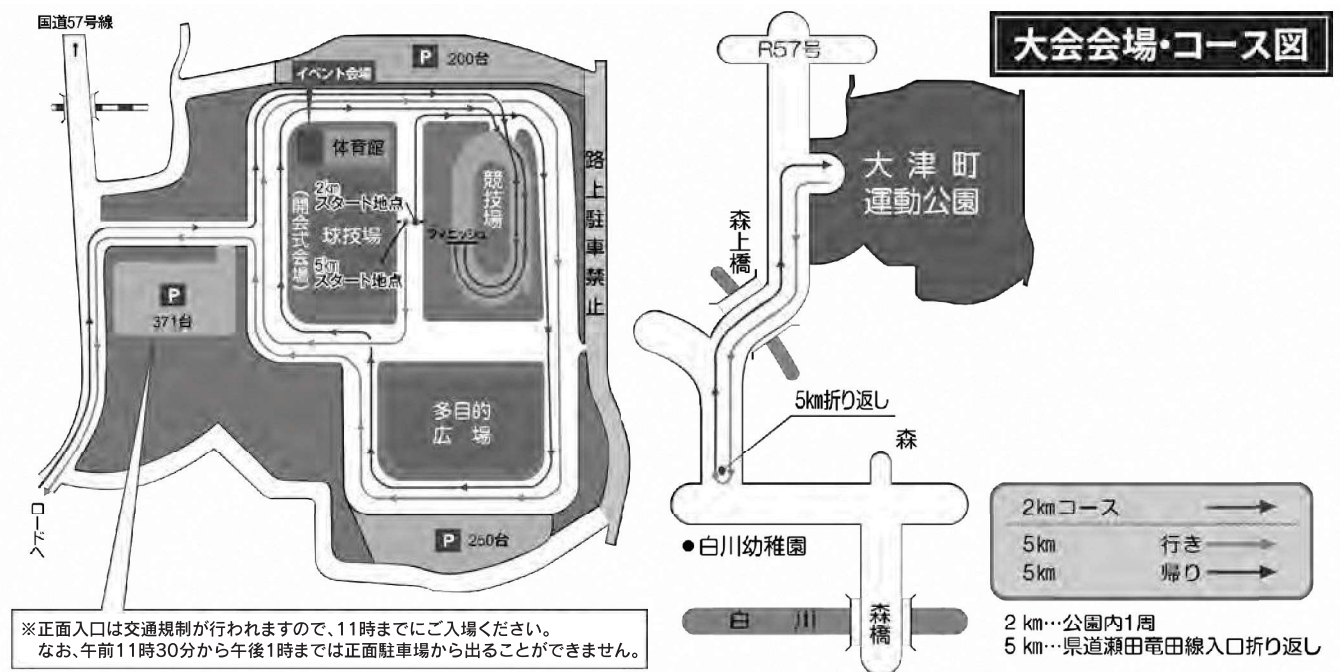
町内在住  
在学者限定



## 第23回スポーツの森大津・ジョギングフェスティバルに係る交通規制について

2月27日(日)第23回スポーツの森大津・ジョギングフェスティバル開催に伴い、午前11時30分から午後1時の間に交通規制が行われます。

町民の皆さんのご協力と温かいご声援をお願いします。



## 新春!! 笑顔になれるオンライン運動教室を開催します!

『思わず笑顔になれる!「脳」と「身体」のワクワクいきいき健康づくり講座』

年末年始の運動不足、自粛疲れによる体力の低下を楽しい運動で解消しましょう!

ゆるめ、ほぐし、整えるストレッチ運動に「脳活性化プログラム シナプソロジー®」と「軽快な音楽に合わせて家庭でも出来る有酸素運動」を組み合わせ、年齢や体力問わず、場所も選ばずできる運動をご紹介します。ご家庭でのお子さん・お孫さんとのコミュニケーションなど、幅広く楽しめる内容です。音楽と運動融合も必見!

※インターネットを使用出来る環境が必要です。

- **主催** NPO法人クラブおおづ
- **日時** 2月22日(火) 午後7時~8時
- **講師** 岡本正一インストラクター  
関西を拠点にインストラクター歴37年  
株式会社Be-up代表
- **参加費** 無料
- **申込方法** ◆クラブおおづ事務局に下記問い合わせ先から申し込み  
◆クラブおおづHP、QRコードからの申し込み  
◆町総合体育館トレーニングルーム窓口での申し込み
- **協力** スポーツクラブルネサンス
- **問い合わせ** クラブおおづ事務局  
☎096(294)2922(平日午前9時~午後5時/土日祝日は休み)



申し込み



岡本正一  
インストラクター

## 登山安全講習会を開催します!

登山初心者大歓迎です!一緒に登山について学びましょう♪

- **主催** 大津町野外活動研究会、町教育委員会
- **日時** 2月17日(木) 午後7時~8時
- **集合場所** 町総合体育館 会議室
- **参加対象** 登山について学びたい人
- **参加料** 無料
- **募集人員** 20人
- **内容** ①遭難、道迷いに合わない正しい知識と登山計画  
②基本装備とレイヤリング(重ね着)  
③野外活動研究会の活動について
- **参加条件** ○次の事項に該当する場合は自主的に参加を見合わせてください。
  - ・体調が良くない場合(発熱や風邪、味覚障がいなどの症状がある場合)
  - ・同居家族や身近な知人に新型コロナウイルス感染症の感染が疑われる人がいる場合
  - ・過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域などへの渡航または当該在住者との濃厚接触がある場合
- **その他** ○新型コロナウイルス感染症の影響により中止になる場合があります。
- **申込方法** 電話、または町総合体育館窓口でお申し込みください。  
締め切りは2月4日(金)午後5時まで  
※定数になり次第受付終了しますのでお早めにお申し込みください。



問い合わせ

役場生涯学習課 生涯スポーツ係(町総合体育館内)  
☎096(293)8088 FAX 096(293)8899