



三重県営

サンアリーナ

# かわら版

2014  
5月号

## 2014年5月のスケジュール



●お問合せ  
三重県営サンアリーナ  
TEL 0596-22-7700

●詳しい情報はホームページでご覧いただけます。http://www.sun-arena.or.jp

開催日	催し物	場所	時間	対象	主催者(担当者)・問合せ先
11日(日)	第21回西日本ジュニア空手選手権大会	メインアリーナ	10:00～16:00	観覧可	光武会館 0596-36-2576(田上)
11日(日)	第35回日本拳法三重県総合大会 2014みえスポーツフェスティバル	サブアリーナ	9:45開会式～15:00	観覧可	大会実行委員 090-2349-4905(委員長 上村)
13日(火)、20日(火) 27日(火)	サンアリーナ・カワイスポーツ教室	サブアリーナ	体育・新体操・器械コース 16:00～17:00(幼児) 17:00～18:00(児童) 18:00～19:00(器械体操)	一般 (有料)	株式会社 スコルチャ三重 0596-22-7700
1日(木)、8日(木) 15日(木)、22日(木) 29日(木)	安全第一、 大人による大人の為のカラテ&ボクシング教室 ※無料体験OK!!	フィットネス スタジオ	19:00～21:00	一般 (無料体験OK)	格闘倶楽部 090-7048-3564(中川)

## 4/26(土) 健康教室のご案内「宮川堤コース」

MOVE UP MOTION



### ～さわやかな春の風を感じながら、宮川堤を散策しよう～

「市内のウォーキングコースで運動効果の検証を、伊勢市と取り組んでおられる皇學館大學教育学部教育学科身体運動学研究室・小木曾先生と同大学の学生さん達と楽しく一緒に歩きましょう！」



**【日 時】**平成26年4月26日(土) 10:00～12:00(受付開始9:30～)  
(雨天決行、悪天中止)

**【集合場所】**宮川堤公園駐車場 **【参加対象】**小学生からご高齢までの健康な方

**【内 容】**川や木々の自然豊かなコース約2.6km

**【募集人数】**50名 **【参加費】**無料 **【準備物】**歩きやすい服装(靴)、飲み物

**【申込方法】**電話申込 ☎0596-22-7700 三重県営サンアリーナ

**【備 考】**主催者で限度のある傷害保険には加入しますが、事故・ケガ等に関しては主催者側で責任は負いかねます。終了時間は若干変更となることもあります。



## 5/18(日)「ノルディックウォーキング中部台」

MOVE UP MOTION

ノルディックウォーキングとは・・・2本の専用ポールを使った北欧生まれの新しいウォーキングです。全身の90%の筋肉を使用するため、通常のウォーキングに比べて倍近くカロリー量を消費することができます。



**日 時:**平成26年5月18日(日) 10:00～12:00(受付9:30～)  
(雨天決行・悪天中止)

**集合場所:**松阪市中部台運動公園芝生広場  
※現地集合現地解散となります

**参加対象:**小学生からご高齢者までの健康な方

**内 容:**中部台公園トリムコース、2本のポールを使用して歩きます。終盤に広場でパンを食べます。(※約4キロのコース)

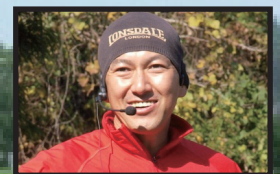
**参加人数:**50名 定員になり次第締切とさせていただきます。

**参加費:**1,000円(専用ポールレンタル費・保険含む)

※専用ポール持参の方は、500円で参加できます。(申込時にお伝えください)

**準備物:**トレッキングシューズ、帽子、飲料、リュック又はウェストバッグ  
**備 考:**主催者で限度のある傷害保険には加入しますが、事故・ケガ等に関しては主催者側で責任は負いかねます。

終了時間は若干変更となることもございます。



**【講師】**畑 顕治  
ノルディックウォーキングスペシャリスト



お申込み・お問合せ (株)スコルチャ三重 0596-22-7700 (要)電話予約  
※定員に達しましたら締切とさせていただきますので、ご了承ください。