

栄区民大会等のご案内

■栄区体育協会主催、平成29年12月頃までの行事を下表のとおりご案内しております。
■☆印は誰でも気軽に参加できる行事です。事前申し込みと当日受付がありますので参加される場合はご確認ください。(開催日、内容は変更になる場合がありますので、お問い合わせ下さい)

Table with 3 columns: 団体及び問合せ, 開催日・時間・他, 種目・会場等. Lists various sports events like 剣道連盟, 野球協会, バレーボール協会, etc.

スポーツの秋 お好みの大会にどんどん参加してみよう!!

第10回栄区体育協会研修会開催



第10回栄区体育協会研修会が、さくらメディカル(株)さくら鍼灸整骨院のご協力(講師3名派遣)を得て、平成29年6月23日(金)19時~21時、栄公会堂1号会議室において参加者32名で実施されました。

- テーマ:「スポーツ障害について」プロジェクターで説明を受ける
1. 膝関節疾患について
スポーツ外傷に伴う疾患や繰り返される障害はどんなスポーツに起き、なぜ起きるのか? 痛みの箇所はどこ? 関節の不安定・柔軟性の低下など機能不全により身体のパフォーマンスが低下する。
2. 実際に身体を動かす実技講習
① 疾患の検査方法(片足立ち等により、中殿筋や大腿部の筋力の確認)
② 疾患の改善・予防方法ならびにトレーニング等の指導を受けました。



研修の様子

第8回てくてくウォーク栄 “栄区及び周辺の里山と緑地帯を歩く” 期日:12月3日(日)※小雨決行



集合・スタート場所 本郷台駅前公園
コース及び受付時間
・16km(鎌倉・天園方面) 受付8:30~9:00
スタート 9:00 ゴール 15:00頃
・11km(鎌倉・六国見山方面) 受付8:30~9:00
スタート 9:00 ゴール 14:00頃
・6km(ふじやま公園・桂山方面)
受付9:00~9:30
スタート 9:30 ゴール 12:30頃

定員:400人(定員次第締切)
参加費:大人400円(中学生以上)
小学生200円(小学3年生以下保護者同伴)
申込期限:11月30日(木)必着
申込:参加者氏名、〒住所、電話番号、大人(中学生以上)/小学生の別、希望コースを記載し、栄区体育協会へ
FAX 896-4208又は投函箱へ
Eメール:taikyo.h@outlook.jp
※申込用紙及び投函箱は栄スポーツセンター受付脇にあります
問合せ:てくてくウォーク栄実行委員会事務局
清水090-4125-4165

平成29年8月までの栄区民大会優秀者 ソフトテニス連盟 栄区民大会 中学校の部

平成29年9月以降の大会結果(優秀者)は、はつらつ50号(11月号)にて掲載します。

Table with 5 columns: 優勝, 2位, 3位, 4位. Lists winners for various categories like 男子個人戦2年, 女子個人戦2年, etc.