

# スポセン通信

KUNNEPPU SPORTS CENTER 2023 NO.47



## 第19回オホーツク玉入れ選手権大会

優勝：サックJAPAN (2軍) パフォーマンス賞：ファットJAPAN



### 令和4年度最終号！春は目の前です！

## 3月のスポセンカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
<b>SNSで情報発信</b> 訓子府図書館 公式 Twitter で細心情報を 配信中です！ 		<b>1</b> 9:00~21:30 ・健康づくりサポート 9:00~9:30 11:00~12:00 ・痩せ活「H I I T」 9:30~9:50 ・朝のグルーブレッスン 10:00~11:00	<b>2</b> 9:00~21:30 ・よくばり健康プログラム 「簡単に超楽しい！エアロピクス教室」 19:30~21:00	<b>3</b> 9:00~21:30 ・出張指導（子育て支援センター） 10:00~11:30 ・お昼のグルーブレッスン 13:30~14:30 ・健康づくりサポート 14:30~16:00	<b>4</b> 9:00~21:30 オホーツク圏 ジュニアバレーボール大会 会場設営 19:00~21:30 ※アリーナ使用不可	<b>5</b> 9:00~17:00 オホーツク圏 ジュニアバレーボール大会 8:00~17:00 ※トレーニングルームのみ開放 ※17時閉館
<b>6</b> 休館日	<b>7</b> 9:00~21:30 ・小学生の運動神経を伸ばす教室 18:00~19:00 ・健康づくりサポート 18:30~19:30 ・痩せ活「H I I T」 19:30~19:50 ・運動しない運動教室 20:00~21:00	<b>8</b> 9:00~21:30 ・インストラクターお休み	<b>9</b> 9:00~21:30 ・よくばり健康プログラム 「簡単に超楽しい！エアロピクス教室」 19:30~21:00	<b>10</b> 9:00~21:30 ・出張指導（子育て支援センター） 10:00~11:30 ・お昼のグルーブレッスン 13:30~14:30 ・健康づくりサポート 14:30~16:00	<b>11</b> 9:00~21:30 オホーツク 社会人フットサル大会 8:00~17:00 ※トレーニングルームのみ開放 ※17時閉館	<b>12</b> 9:00~17:00 オホーツク 社会人フットサル大会 8:00~17:00 ※トレーニングルームのみ開放 ※17時閉館
<b>13</b> 休館日	<b>14</b> 9:00~21:30 ・健康づくりサポート 18:30~19:30 ・痩せ活「H I I T」 19:30~19:50 ・運動しない運動教室 20:00~21:00	<b>15</b> 9:00~21:30 ・健康づくりサポート 9:00~9:30 11:00~12:00 ・痩せ活「H I I T」 9:30~9:50 ・朝のグルーブレッスン 10:00~11:00	<b>16</b> 9:00~21:30 ・よくばり健康プログラム 「簡単に超楽しい！エアロピクス教室」 19:30~21:00	<b>17</b> 9:00~21:30 ・インストラクターお休み	<b>18</b> 9:00~21:30 春休みスポセン開放 スポセンで遊ぼう！ 9:15~11:45 ★クライミングの日★	<b>19</b> 9:00~17:00 春休みスポセン開放 スポセンで遊ぼう！ 9:15~11:45 ☆トランポリンの日☆ ※17時閉館
<b>20</b> 休館日	<b>21</b> 9:00~17:00 春分の日 網走管内 少年少女剣道訓子府大会 8:00~17:00 ※トレーニングルームのみ開放 ※17時閉館	<b>22</b> 9:00~21:30 ・インストラクターお休み	<b>23</b> 9:00~17:00 春休みスポセン開放 スポセンで遊ぼう！ 9:15~11:45 ☆トランポリンの日☆	<b>24</b> 9:00~21:30 ・インストラクターお休み	<b>25</b> 9:00~21:30 春休みスポセン開放 スポセンで遊ぼう！ 9:15~11:45 ★クライミングの日★	<b>26</b> 9:00~17:00 春休みスポセン開放 スポセンで遊ぼう！ 9:15~11:45 ☆トランポリンの日☆ ※17時閉館
<b>27</b> 休館日 ・スポーツ大作戦 春休み特別版！ 9:15~11:45 ☆トランポリンの日☆	<b>28</b> 9:00~21:30 ・春休みスポセン開放 スポセンで遊ぼう！ 9:15~11:45 ☆トランポリンの日☆ ・インストラクターお休み	<b>29</b> 9:00~21:30 ・春休みスポセン開放 スポセンで遊ぼう！ 9:15~11:45 ★クライミングの日★ ・痩せ活「H I I T」 9:30~9:50 ・朝のグルーブレッスン 10:00~11:00	<b>30</b> 9:00~21:30 ・春休みスポセン開放 スポセンで遊ぼう！ 9:15~11:45 ☆トランポリンの日☆	<b>31</b> 9:00~21:30 ・春休みスポセン開放 スポセンで遊ぼう！ 9:15~11:45 ☆トランポリンの日☆ ・出張指導（子育て支援センター） 10:00~11:30 ・お昼のグルーブレッスン 13:30~14:30 ・健康づくりサポート 14:30~16:00	<b>玉入れ協会 Instagram</b> 玉入れ大会 の様子は Instagram で配信中で す！ 	

## 3月のインストラクター情報《といたのスイッチ♪》

※3月8日(水)・17日(金)・22日(水)・24日(金)・28日(火)はレッスンがお休みです。年度末なのでお休み多めです・・・

☆毎週火曜☆ 仕事をしている方におススメ!

19:30~「HIIT」 20:00~「夜グループレッスン」

○毎週水曜○ 午前中に時間のある方におススメ!

9:30~「HIIT」 10:00~「朝のグループレッスン」

◆毎週金曜◆ 日中ゆったりしたい方におススメ!

13:30~「お昼のグループレッスン」※HIITは実施無し



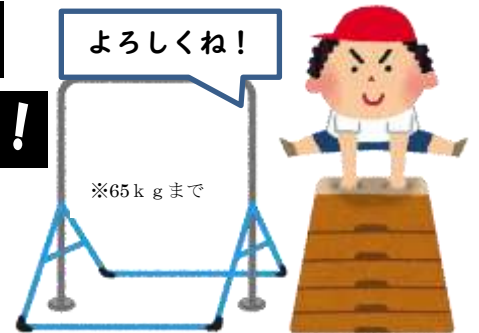
## 春休みスポセン開放「スポセンで遊ぼう！」

### 今回から「鉄棒」と「跳び箱」が登場します!

日時：3月25日(土)~4月5日(水) 9:15~11:45

表紙のカレンダーをご確認ください!

鉄棒と跳び箱は「トランポリンの日」に実施します!



## スポーツチャレンジ事業第2弾《10人集まったら実施!》

# 「運動しない」運動教室

「運動」と聞くだけで頭が痛くなる方におススメです笑



~できるだけ動かない・上靴もいらない。カラダをほぐすだけのリラックスに特化した教室です~

○とき/3月7日(火)・14日(火) 20:00~21:00 全2回 ※夜のレッスン開催時間に実施

○ところ/スポーツセンター ストレッチスペース ○持ち物/動きやすい服装 ※上靴も不要です

○対象/一般 先着20名 ※町民優先となります ○参加料/100円(スポセン入館料の100円です)

○講師/部田 夏子 氏 ○申込み/スポーツセンター TEL/47-2195

☆リラクゼーションに特化したプログラムを実施(例:ポール・ホットタオル・セルフマッサージなど)☆

## オホーツク玉入れ選手権大会

令和5年2月12日に「第19回オホーツク玉入れ選手権大会」が開催されました。

コロナ過で2年間大会が中止となり、今大会も開催が危ぶまれましたが、オホーツク玉入れ協会(訓子府)が打ち合わせを重ね、様々な感染対策を講じて開催に至りました。

1秒差で勝敗が決まった準決勝、会場全体が1つになったチーム・ムサビの競技など、大会は白熱した試合展開となりました。そんな19回大会を制したのは地元訓子府の農家と役場職員で構成されたヤングチーム「サック JAPAN2軍」、ベストタイム賞を獲得するなど、優勝候補と言われたチームを次々と破り、地元訓子府のチームが10年ぶりの優勝で幕を閉じました。来年は20回の記念大会です!!

## 10年振りの優勝、地元の悲願達成! 会場全体が1つに!「チーム・ムサビ」

