

☆八幡平市体育協会からのお知らせ☆

第20回 八幡平市民ソフトバレーボール大会

日時	1月18日(日) 午前9時 開会	
場所	八幡平市総合運動公園体育館	
参加対象	中学生以上の八幡平市内に在住又は職場を有する方	
チーム編成	チームは男女とも監督1人、マネージャー1人、キャプテンを含み競技者4人と4人以内の交代競技者で編成。中学生のみのチームも可。	
種別	男子の部・女子の部(4人制)	
参加料	大人300円 高校生以下100円 ※当日徴収	
申込・締切	<u>1月7日(水)</u> 八幡平市体育協会 本部まで	

第54回 松尾地区スキー大会

日時	1月31日(土) 荒天中止 競技開始 午前9時30分	
場所	八幡平リゾート パノラマスキー場(アルペン競技) 県民の森周辺特設会場(クロスカントリー競技)	
参加資格	八幡平市の小学4年生以上の児童・生徒、八幡平市内に居住又は職場を有する方	
種別	・アルペン(大回転) ・クロスカントリー(クラシカル走法2.2km) ・リレー競技(1チーム3名×1.1km)	
参加料	一般:1,100円 小中学生:800円	
申込・締切	<u>1月19日(月)</u> 八幡平市体育協会 松尾事務所まで	

第8回 八幡平CUPオープンテニス大会

日時	2月15日(日) 受付:8時30分 開会式:9時	
場所	八幡平市松尾総合運動公園屋内運動場(アリーナまつお)	
参加料	1人 1,000円 ※当日徴収	
種目/チーム編成	A級、B級チーム対抗戦/男子4名以上、女子2名以上、登録は計8名まで	
試合方法	男子ダブルス×2・女子ダブルス×1のチーム対抗戦 セルフジャッジ、6ゲーム先取、ノーアドバンテージ方式	
申込・締切	<u>1月15日(水)</u> 八幡平市体育協会 松尾事務所まで	
問い合わせ	八幡平市テニス協会事務局 Mail: hachimantai.ta@gmail.com	

第19回 北東北学童ジャンプ大会

日時 2月1日(日) 受付：9時 競技開始：10時15分
 場所 八幡平市矢神飛躍台（スモールヒル）
 競技種目 小学生 スペシャルジャンプ競技
 種別 小学生低学年1～4年生 小学生高学年5・6年生
 参加料 1,500円（※選手名か所属チームでお振込ください）
 新岩手農業協同組合 八幡平支所 普通預金 0958312
 口座名義 一般社団法人 八幡平市体育協会 会長 小船 清悦
 申込・締切 1月19日(月)までに申込個票と申込一覧表を下記へメールで
お申し込みください。（郵送・FAX不可）
 ※申込個票の選手名には必ずフリガナを記入しチームランクをつけること。
 八幡平市体育協会 本部 hachimantai-taikyou@siren.ocn.ne.jp



三ヶ田礼一杯第34回八幡平市ジュニアスキー選手権大会 兼 第31回安代地区小中学校スキー大会

日時 2月7日(土) 9時 開会式（会場ごと）
 場所 田山スキー場（アルペン競技・ジャンプ競技）
 田山クロスカントリーコース（クロスカントリー競技）
 参加資格 八幡平市内の小中学生 ※参加は1人1種目とします（リレー競技とジャンプ競技を除く）
 参加料 無料
 申込・締切 1月26日(月)※学校単位で申込みを取りまとめ参加申込書を所定の様式
（Excelデータ）にてメールで下記へお申し込みください。
 八幡平市体育協会 安代事務所 hachi-taikyou-ashiro@citrus.ocn.ne.jp

種目別詳細は
 体育協会HPで
 ご確認ください

☆開催要項・申込書は八幡平市体育協会ホームページからダウンロードできます！

《お問合せ・申込先》

（一社）八幡平市体育協会 本部 TEL 0195-70-1600 FAX 0195-70-1616
 松尾事務所 TEL 0195-76-3237 FAX 0195-78-8855
 安代事務所 TEL 0195-72-2877 FAX 0195-70-1616

各事業の共通事項

- (1) 事業中の事故、怪我等について応急処置はしますが、その後の処置については保険の適用範囲内で対応します。
- (2) 本事業の個人情報（参加申込み・写真等）の取り扱いは、大会運営（印刷物・ホームページ等）の目的で使用するほか、主催者側が開催する他の大会案内等で使用することがあります。



携帯・スマートフォンからでも

八幡平市体育協会

検索

★詳細は八幡平市体育協会HPにてご覧頂けます。

表面もご覧ください

冬季フィットネスプログラム

らくらく筋トレ

チューブなどを使用して、誰でもできる簡単なトレーニングを行います。上半身から下半身までバランスよく鍛えられます！

日時 1/13・2/10・3/10 10時～11時

場所 市総合運動公園会議室

講師 藤嶋 洸 (体協職員)

ピラティス

正しく動くことにより、身についた悪い癖を直し、しなやかで柔軟かつ強くバランスのとれた身体へ近づけます！

日時 1/28・2/25・3/25 10時～11時30分

場所 市総合運動公園会議室

講師 さや

カラダほぐし教室

日常生活で凝り固まった筋肉をほぐし、「動きのいい体」を目指し、エクササイズを行います。

日時 1/21・2/18・3/18 10時～11時

場所 市総合運動公園会議室

講師 伊藤 綾乃 (体協職員)

※タオルを持参してください。

インドアノルディックウォーキング

ポールを使って歩くことで、運動効果をより高めるフィットネスウォーキング！歩幅の拡大や生活習慣病の予防も期待できます

日時 1/8・2/5・3/5 10時～11時

場所 市総合運動公園体育館

講師 伊藤 綾乃 (体協職員)

- 18歳以上であれば誰でも参加可能！
- 運動が苦手な方大歓迎！
- 参加料はすべて1回300円
- 1回だけの参加OK！
- 短時間で効果的なメニュー！
- 申込みは開催日前日までに下記連絡先へ



お申込み・お問い合わせはこちらから ☎ 0195-70-1600 (八幡平市体育協会)

裏面もご覧ください

冬季フィットネスプログラム

ピラティス

正しい呼吸を行い、背骨の動きを良くすることで、しなやかな身体へと導きます。普段運動していない方でも安心して行えます。

- 日時** 1/15・2/5・3/12 10時～11時
- 場所** 安代地区体育館 (旧安代保健センター)
- 講師** 藤嶋 洸 (体協職員、BESJピラティスIR)

ポカポカ運動教室

ゆっくり、ほどよい運動で心と身体を温めましょう。

- 日時** 1/26・2/9・3/23 10時～11時
- 場所** 安代地区体育館 (旧安代保健センター)
- 講師** 岩崎 真由美

らくらく筋トレ

チューブなどを使用して、誰でもできる簡単なトレーニングを行います。筋力不足を感じている方にオススメです！

- 日時** 1/22・2/19・3/19 10時～11時
- 場所** 安代地区体育館 (旧安代保健センター)
- 講師** 山本 専一・藤嶋 洸 (体協職員)



- 18歳以上であれば誰でも参加可能！
- 運動が苦手な方大歓迎！
- 参加料はすべて1回300円
- 1回だけの参加OK！
- 短時間で効果的なメニュー！
- 申込みは開催日前日までに下記連絡先へ

お申込み・お問い合わせはこちらから ☎ 0195-70-1600 (八幡平市体育協会)

表面もご覧ください