

令和3年  
秋号

# 御津 スポーツパークだより

回覧

御津スポーツパーク  
岡山市北区御津高津 1566番地  
〒709-2124  
TEL(086)724-9191  
info-msp@ncp.co.jp  
HP 御津スポーツパーク

## 第35回みつ健康マラソン

### 大会中止

2021年12月12日(日)に開催予定されていた『みつ健康マラソン大会』が中止となりました。新型コロナウイルス感染症の急激な拡大が要因です。岡山県も8月18日にまん延防止対策を発令し、8月27日には緊急事態宣言が9月12日まで発令されました。それでも何とか、みつ健康マラソン開催に向け、希望を持ちながら計画を進めてきましたが、参加者・スタッフ・ボランティアの皆様の安全を最優先とし、中止という決断となりました。

### みつ健康マラソン

#### 実行委員会より

2年連続の中止となり非常に残念ではございますが、引き続き皆様のご期待に添えるようスタッフ一丸となり、より魅力的で多くの方楽しんでいただけるみつ健康マラソン大会となるように努めてまいりる覚悟でございます。次回2022年12月11日(日)に開催予定の『みつ健康マラソン大会』へのご支援・ご協力を賜りますようよろしく申し上げます。

## 令和3年10月より

### プール工事実施

この度、熱源機器の老朽化に伴う加温不良のため、岡山市による熱源機器全面交換工事・併せてプール槽再塗装等の補修工事を実施することとなりました。プール利用中止期間は令和3年10月(予定)より令和4年2月(予定)まで。昨年より度重なる機器の不具合で皆様にご迷惑をおかけしますこと、深くお詫び申し上げます。



老朽化により改修予定の温水プール

## 施設利用予約

電話にて受付中!!

※年齢により金額が違いますので、詳しくはお問い合わせください。



新型コロナウイルス対策推進中

有効期限：令和3年12月 ※1人1回まで

## ジム一回無料券

名前

電話番号

- ・1枚につき1名のご利用です。
- ・16歳未満の方はご利用不可

有効期限：令和3年12月 ※1人1回まで

## レッスン一回無料券

名前

電話番号

- ・1枚につき1名のご利用です。



こんな時だからこそ、  
体力、免疫力をつけよう!

## 子どもスクールのご紹介★

### 体操教室☆

遊びを通して基本動作を学びます。  
マット・跳び箱・鉄棒については、  
小学校で学習する技を中心に練習し  
また、平均台・トランポリンも使用し  
運動機能の発達をはかり、バランスの  
とれた体を育成します。



曜日	クラス	時間	対象者
水曜日	親子	15:30~16:15	3歳~5歳
	幼少	16:30~17:30	5歳~8歳
	小学生	17:40~18:50	6歳~12歳
土曜日	親子	15:30~16:15	3歳~5歳
	幼少	16:30~17:30	5歳~8歳
	小学生	17:45~18:45	6歳~12歳

※定員がございますのでお早めにお申し込みください。

### トランポリン教室☆

空中という不安定な環境で身体を動かすことで、  
空中感覚や体幹を鍛えることができます。

新設スクール  
10月よりスタート!



曜日	クラス	時間	対象者
月曜日	Kクラス	15:30~16:30	4歳~小学1年生
	Aクラス	16:40~17:40	小学1年生~4年生

※定員がございますのでお早めにお申し込みください。

### トレーニングアカデミー☆

ボール、ラダー、縄跳びなど、様々なアイテムを  
使った本格的なトレーニングと遊びの要素を融合  
させ、敏捷性、基礎体力、バランス力の向上を  
目指していきます。

新設スクール  
10月よりスタート!

令和4年2月末までの期間限定スクールです。

曜日	クラス	時間	対象者
木曜日	Kクラス	15:30~16:15	4歳~就学前
	Aクラス	16:30~17:30	小学1年生~4年生
金曜日	Aクラス	16:30~17:30	小学1年生~4年生
	Bクラス	17:45~18:45	小学3年生~小学6年生

※定員がございますのでお早めにお申し込みください。

小学生でもなりやすい?  
肩こりの方必見!

誰でも簡単にできる

### 肩のストレッチ!



腕をのばす



90度まげる



体の中心に



下からつかむ



上下に動かす

肩甲骨の下あたりの伸びを感じましょう! 反対の肩もやってみてね!