

スポーツ

5月のスポーツ 個人利用開放校

種目等左表のとおり

Table with 5 columns: 種目, ところ, 曜日, 時間, 実施日. Lists sports like 卓球, 剣道, バドミントン, 柔道.

他▽初めてのの方は、指導員にお尋ねください▽車での来場は、遠慮ください▽生涯学習課スポーツ振興係(☎042-386-12462)

栗山公園健康運動センター エアロビクス教室

時6月6日～8月1日の毎週水曜日午前9時15分～10時45分(全9回) 対市内在住・在勤・在学の方定30人(多数抽選) ¥3千円(9回分) 他事前各自で健康診断を受けてください 申5月8日(必着) までに、往復はがき(1人1通)に住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、NPO法人黄金井倶楽部「エアロビクス教室係」(〒184-0005 桜町2-2-31 上水公園運動施設管理棟内 ☎042-406-12280)へ

第28回

シニアスポーツフェスティバル

市内在住・在勤で大会当日40歳以上の方無料(ゴルフ大会の費用は別途) 他▽既往歴のある方は、事前に各自で健康診断を受けてください▽定員のある大会は先着順です

Table with 5 columns: 種目, とき(受付開始), ところ, 定員, 申込期限, 申込. Lists various sports events like 開会式, 軟式野球大会, テニス大会, etc.

※バドミントン大会の申込用紙は、総合体育館で配布しています

Calendar for May with columns for dates and events. Includes '5月の行事' and '東京都・子供の健康相談室' information.

休日診療 (Holiday Clinics) section. Includes a grid of clinic locations with maps and contact info for various dates like 4月15日, 4月22日, etc.