

# 第1回福島市長杯ポッチャ大会開催!!

日時

2022年  
10月1日 土 午前9時から

場所

十六沼公園体育館

福島市大笹生字廻板山341 TEL 024-558-6151

競技種目

ポッチャ(1チーム3名によるリーグ戦及び決勝トーナメント)

参加者

ポッチャ交流大会の各ブロック優勝チームによる大会とする。

※予選が終了しているため申し込みは現在行っておりません。

※新型コロナウイルス感染症対策として、手指の消毒、3密の回避、マスクの着用にご協力ください。

みんなで  
応援しよう!

観覧自由!



## シニア向けスポーツ教室

(申込先) NCV ふくしまアリーナ TEL 024-545-9322 又はホームページ経由

教室名	内容	実施日	会場(予定)	対象・定員	受付期間	受講料			
ソフト リフレッシュ	器具を用いた健康 体操です	10/11 火	10/18 火	10/25 火	11/1 火	NCV ふくしま アリーナ	60歳以上 定員 30名	9/12~ 9/14	1,500円
		10時00分~11時30分							
健やか ストレッチ	健康維持のための 簡単な体操です	1/10 火	1/17 火	1/24 火	1/31 火	南体育館 研修室	60歳以上 定員 20名	12/12~ 12/14	1,500円
		10時00分~11時00分							

イチ  
オシ

## 大人向けスポーツ教室

(申込先) NCV ふくしまアリーナ TEL 024-545-9322 又はホームページ経由

教室名	内容	実施日	会場(予定)	対象・定員	受付期間	受講料				
正しい姿勢で速く歩く ためのウォーキングⅡ	健康維持のための 運動と体力づくり を行います	10/3 月	10/17 月	10/24 月	10/31 月	11/7 月	十六沼公園	18歳以上 定員 30名	9/5~ 9/7	2,000円
		13時30分~15時00分								
ふれあい 体験乗馬	馬と親しみ正しい 乗馬知識を習得し ます	10/5 水	10/6 木				福島競馬場	18~45歳 定員 10名	9/5~ 9/7	500円
		9時00分~11時30分								

## 親子で楽しむスポーツ教室

(申込先) NCV ふくしまアリーナ TEL 024-545-9322 又はホームページ経由

教室名	内容	実施日	会場(予定)	対象・定員	受付期間	受講料			
親子 トランポリン	親子でトランポリン を楽しみながら 学びましょう	10/13 木	10/20 木	10/24 月	10/31 月	福島トヨタ クラウンアリーナ	小学1~6年生と保護者 定員 20組	9/12~ 9/14	1,000円
		18時00分~19時30分							

## 子ども向けスポーツ教室

(申込先) NCV ふくしまアリーナ TEL 024-545-9322 又はホームページ経由

教室名	内容	実施日	会場(予定)	対象・定員	受付期間	受講料			
ふれあい 体験乗馬	馬と親しみ乗馬を 楽しみます	10/8 土				福島競馬場	小学5年~高校生 定員 10名	9/5~ 9/7	500円
		9時00分~11時30分							
ドッジボール	基本動作の習得と ゲームを行います	12/6 火	12/7 水	12/15 木	12/16 金	NCV ふくしま アリーナ	小学1~4年生 定員 20名	11/7~ 11/9	1,000円
		18時00分~19時00分							
ジュニアテニス (屋内)	基本動作を学び、 楽しさを体験しま す	12/26 月	12/27 火	1/5 木	1/6 金	西部体育館	小学3~6年生 定員 18名	11/28~ 11/30	1,000円
		10時00分~11時30分							

イチ  
オシ

## NCV ふくしまパークゴルフ場開催スポーツ教室

(申込先) NCV ふくしまパークゴルフ場 TEL 024-572-5786 又はホームページ経由

教室名	内容	実施日	会場(予定)	対象・定員	受付期間	受講料			
お手軽パーク ゴルフ教室⑤	基本動作の習得と ゲームを行います	9/26 月				NCV ふくしま パークゴルフ場	18歳以上 定員 9名	9/12~	500円
		9時00分~11時30分							
お手軽パーク ゴルフ教室⑥	基本動作の習得と ゲームを行います	10/24 月					18歳以上 定員 9名	10/11~	500円
		9時00分~11時30分							

ホームページ経由での  
お申し込みはこちらから→

