

# スポ・レク掲示板

## 市民体育祭必勝部会

越谷市制60周年記念  
第62回越谷市内駅伝競走大会  
第62回市民体育祭地区対抗市内駅伝競走大会

地区対抗の部 第3位!

平成29年12月3日(日)、昨年度より0.5km減の全長27.2kmの市内コースで『第62回市民体育祭地区対抗市内駅伝競走大会』が好天の中開催されました。

南越谷地区は、小林忠道監督指導のもと9月から練習を開始し、代表選手が一丸となって激走し、地区対抗の部で昨年に引き続き見事第3位と素晴らしい成績を収めました。また、一般の部で参加した南越谷駅伝クラブ『絆』も総合24位と好成績でゴール。南越谷地区カラーのオレンジ色ユニホームが一際目立ちました。

選手の皆さん、本当にお疲れ様でした。また、選手のサポート役としてスポレク委員をはじめ、大会コース役員・応援の皆さま、ご協力・ご声援ありがとうございました!



監督	小林 忠道 監督
1区 (5.0km)	小島 隆世 選手
2区 (6.2km)	村上 一朗 選手
3区 (4.9km)	福山喜一郎 選手
4区 (3.5km)	黒澤 史明 選手
5区 (3.9km)	横井 修平 選手
6区 (3.7km)	高見 昂平 選手
サブ	宮下 幸司 選手
サブ	豊桑 逸 選手
サブ	中村 美雪 選手
サブ	関根 弘高 選手

総合タイム1時間33分17秒

## レクリエーション部会

第21回健康ウォーキング / ノルディック・ウォーク体験  
平成30年3月18日(日) 開催決定!!

『ノルディックウォーク』とは…フィンランド発祥のウォーキングで、クロスカントリー選手の夏場のトレーニングとして活用されており、最近では世界中でエクササイズとして人気が高まっています。

- ◎全身の90%の筋肉を使う有酸素運動 ◎生活習慣病の予防など、運動不足の解消
  - ◎正しい歩き方が身につく ◎景色を見ながら歩いて気持ちのリフレッシュ
- など健康増進にいいことが沢山あります。

小学生から高齢者までどなたでも楽しめます。皆様のご参加お待ちしております

【場所】越谷市内でのコース設定 【対象】小学校5年生以上

※詳細はパレット通信2月号スポ・レク掲示板にてお伝えする予定です。



## 学校利用部会

土曜日・日曜日の南越谷小学校校庭・体育館および富士中学校ナイターについては、地区スポ・レク推進委員会のもと、学校教育に支障がない範囲において地区スポーツ団体に許可の上、開放しています。

※団体活動中は、ボールや用具等にぶつくと大変危険ですので、一般の方のご利用はお控えください。