

混合ダブルス

第3回シニアスポーツ大会

ラージボール卓球大会



日時：平成25年11月24日（日）

受付 9：30 競技開始 10：00

場所：埼玉県県民活動総合センター 体育館

種目：混合ダブルス戦（女性ペアも参加できます）

定員：60組（先着順、定数に達し次第締め切らせていただきます）

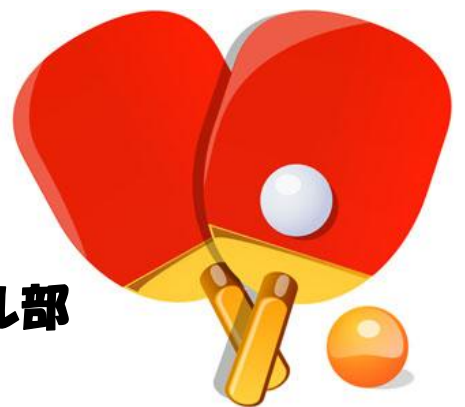
対象：60歳以上の県民

（年齢算出の基準は、平成26年4月1日の年齢とする）

参加費：1組 2,000円

運営協力：埼玉県卓球協会 ラージボール部

主催：公益財団法人いきいき埼玉



大会要項

日時：平成25年11月24日（日）

受付 9：30 競技開始 10：00

場所：埼玉県県民活動総合センター 体育館

〒362-0812 伊奈町内宿台6-26

種目：混合ダブルス戦（女性ペアも参加できます）

①男女合計年齢120歳以上 ②男女合計年齢130歳以上

③男女合計年齢140歳以上 ④男女合計年齢150歳以上

試合方法：予選リーグを行い、次にグループごとの決勝トーナメントを行う。（申込数により変更あり）

*女性ペアの場合は5歳プラスの換算ができます。

（クラス別表彰あり。またお楽しみ参加賞もあります。）

競技ルール：現行の新卓球ラージボールルールを準用

使用球：日本卓球協会公認球（オレンジイエロー）

定員：60組（先着順、定数に達し次第締め切らせていただきます）

対象：60歳以上の県民

（年齢算出の基準は、平成26年4月1日とする）

参加費：1組 2,000円

持ち物：室内用運動靴・タオル・昼食・飲み物・

ゼッケン（お持ちでない方は、代用品をご用意します）

申込期限：**10月25日（金）必着**

申込：所定の申込用紙を持参又は郵送（FAX可）

〒362-0812 伊奈町内宿台6-26

（公財）いきいき埼玉 高齢者いきがい支援担当

TEL 048-728-7951

FAX 048-728-7130

※FAXで申込された方は、必ず送信されたか電話で確認してください。

※お申込・お問い合わせは、土・日・祝・休館日を除く平日9：00～17：00

シニアスポーツ大会 **混合ダブルス ラージ卓球大会**

代表者名					
申込者名					
種 目	名前	チーム名	性別	年齢	生年月日 (和暦)
記入例 ②	けんかつ 太郎	か め	男	69歳	昭和19年4月23日
	けんかつ 花子		女	66歳	昭和22年8月19日

種 目 : **混合ダブルス戦** (女性ペアも参加できます)

- ①男女合計年齢 120 歳以上 ②男女合計年齢 130 歳以上
- ③男女合計年齢 140 歳以上 ④男女合計年齢 150 歳以上

* 女性ペアの場合は5歳プラス換算ができます。

* FAXで申込された方は、必ず送信されたか電話で確認してください。

(公財) いきいき埼玉 高齢者いきがい支援担当

TEL 048-728-7951 FAX 048-728-7130

平成25年度健康体操

第3回 ロコモ体操

日時：平成26年1月14日・21日（火曜日2回）

午後13:00~14:30

講師：遠藤 良江氏（管理栄養士・健康運動指導士・公認スポーツ栄養士）

内容：ロコモティブシンドローム(運動器症候群) 予防のため、
骨・関節・筋肉など運動器の働きを高めるストレッチ
や筋力運動を行います。

場所：埼玉県県民活動総合センター 体育館

定員：60人（申込順）

対象：主に60歳以上の県民

参加費：無料



交通のご案内

- 大宮駅からニューシャトルで内宿駅まで約25分。
内宿駅から無料送迎バスで約3分、または、徒歩約15分。
- JR宇都宮線蓮田駅西口からバス（丸谷・八幡神社・菖蒲車庫行き）で約20分、上平野バス停下車、徒歩約12分。
- JR宇都宮線蓮田駅西口からけんちゃんバス（県民活動総合センター行き）で約20分。

*有料駐車場あり。1時間まで無料、1日上限400円。
・収容台数には限りがありますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

(H25.4.1 現在)

ニューシャトル（土日祝）		無料送迎バス（土日祝）	
大宮駅発	内宿駅着	内宿駅発	センター着
8:40	9:05	9:10	9:13
8:50	9:15	9:20	9:23



お客様の個人情報の取扱いについては、当財団個人情報保護方針に基づき適切に取扱いいたします。
<http://www.iki-iki-saitama.jp/>

※当センターには、宿泊施設がございます。講座等参加の際にもご利用ください。

※館内のレストラン及び売店をどうぞご利用ください。

*メール配信サービスでセンターのホットな情報をお伝えしています。ご登録はセンターのホームページからお申込みいただけます。
<https://fofa.jp/ikiiki/a.p/101/>



公益財団法人いきいき埼玉

〒362-0812 伊奈町内宿台 6-26（埼玉県県民活動総合センター内） 高齢者いきがい支援担当
TEL: 048-728-7951 FAX: 048-728-7130 <http://www.ikg-saitama.jp>