**令和７年度　東京都立荻窪高等学校**

**公開講座「ウォーキングで楽しむゴール型の球技」（第２回）のご案内**

【講座の概要】

　　年齢を問わず参加できます。運動不足を感じている方、球技の経験がない方にも楽しめる

内容です。

【対象】

　　都内在住、在勤、在学の方

【定員】

　　２０名（申込み多数の場合は抽選、また少人数の場合等は中止となることがあります。）

【費用】

　　受講料　1,000円、　実費　１３２円（保険代）

【日程と会場】

１０月２５日（土）１６：００～１８：３０　基本的なボールタッチの練習

１１月　８日（土）１６：００～１８：３０　ゴールを使ったシュートと体力チェック①

１１月１５日（土）１６：００～１８：３０　ゲーム形式の練習

１１月２２日（土）１６：００～１８：３０　ゲーム形式の練習と体力チェック②

※会場は本校のテニスコートまたは体育館（雨天時）です。外用の運動靴と体育館用の

　運動靴の用意をお願いします。

【募集期間】

　　９月１日（月）から９月２６日（金）　※往復はがきの場合は当日消印有効

【申し込み方法】

　・往復はがき

　　　1.講座名『ウォーキング球技』、2.郵便番号、住所　3.氏名　4.年齢　5.性別　6.電話番号

　・電子申請

ＵＲＬ　<https://www.syougai.metro.tokyo.lg.jp/sesaku/kaihou/kouza.html>

　※　電話、ファックス、メールでの申し込みはできません。

【往復はがき郵送先】

　　〒１６７－００５１　　杉並区荻窪５－７－２０

　　東京都立荻窪高等学校　経営企画室　公開講座担当宛

【決定方法】

　　責任抽選　（結果は申込方法により返信用はがき、メールでお知らせします。）

【お問合せ先】

　　電話　０３－３３９２－６４３６　「公開講座」担当