

# 6月号

スローガン

「いつでも だれでも 快適に」

## 振興公社だより



発行 公益財団法人富津市施設利用振興公社  
 富津市新富146-2  
 TEL 0439-87-8778  
 FAX 0439-87-8899  
 市民ふれあい公園管理事務所  
 TEL 0439-87-4205  
<http://www.fureai-kouen.com>



## 体組成測定会 プロテインお試し会



6/20(木)~  
6/23(日)

☆ 日時 6/20(木)~6/23(日) 10:00 ~ 20:30  
 ☆ 料金 ・体組成測定会(約15分/1組) 一般参加者 : 300円 トレーニングルーム月額会員 : 無料  
 ・プロテインお試し会 全員 : 無料  
 ☆ 場所 富津市総合社会体育館 トレーニングルーム  
 ☆ 対象者 ・体組成測定会 : 15歳以上の方  
 (中学生以下の方、ペースメーカーご使用の方、妊娠中の方はご遠慮ください。)  
 ・プロテインお試し会 : どなたでも体験可 (プロテインお試し会 : 事前予約不要)  
 (体組成測定会の事前予約 : 6/4(火) 10:00~)  
 ☆ お問い合わせ先  
 富津市総合社会体育館 TEL:0439-87-3001  
 千葉県富津市新富80-4  
 指定管理者:富津市施設利用振興公社・ミスノ共同体



## 富津市総合社会体育館にて



トレーニング  
そろそろ  
始めませんか？

無料



### \* プロテインお試し会 \*

・プロテインって、どんな味？  
 ・たくさんあるけど、違いがわからない。  
 そんな方こそ、ぜひ試してみませんか？  
 試飲しながら、無料で解説いたします！！

### \* 体組成測定会 \*

今の筋肉量、体脂肪量、気になりませんか？  
 InBody測定機を使って、部位ごとまで細かく測定。  
 あなたに合った健康アドバイスもいたします！

## 富津市総合社会体育館

お気軽に  
お問い合わせ  
下さい。

初心者でも使いやすいマシン

### 【トレーニングマシン一覧】

#### 【有酸素マシン】

ランニングマシン3台  
 リカンベントバイク2台  
 エアロバイク2台

#### 【ウエイトマシン】

スキャブラ フッシュ&ブル(胸、背中)  
 コア&ヒップフレクサー(お腹、股関節周り)  
 ニーエクステンサー&フレクサー(太もも、膝周り)  
 ソラシック ツイスト(脇腹周り) 各1台ずつ

#### 【フリーウエイト】

ダンベル 1Kg~20Kg  
 スミスマシン 1台



お問い合わせ 富津市総合社会体育館 TEL.0439-87-3001

【指定管理者 富津市施設利用振興公社・ミスノ共同体】

お問い合わせ対応時間 9:00~20:30

〒293-0011 千葉県富津市新富80-4



富津市内の方は月額2000円で使い放題！

専属スタッフによるアフターフォローも好評です！

オルカ鴨川FC ～南房総発！女子サッカークラブ～



千葉県 鴨川市



プレナスなでしこ

リーグカップ

2部 第5節

6月9日(日)

13:00 キックオフ

富津臨海陸上競技場



東京都 世田谷区






# 6/15(土) テニスコート無料開放





- ① 市民ふれあい公園テニスコート ☎ 0439-87-4205
- ② 富士見グリーンテニスコート ☎ 0439-87-8101
- ③ 浅間山運動公園テニスコート ☎ 0439-87-3001

※ 1面2時間まで無料 ◆ご予約は各窓口・お電話で受け付けております!

## 市民ふれあい公園大会スケジュール

臨海野球場	23(日)	日本スポーツマスターズ2020軟式野球競技富津市大会	
陸上競技場	1(土)	ふれあいジュニア陸上教室	
	4(火)	第26回木更津・袖ヶ浦支部中学校陸上競技大会	
	5(水)	君津支部中学校陸上競技記録会	
	9(日)	プレナスなでしこリーグ オルカ鴨川リーグ戦(女子サッカー) ※上部に特集記事掲載	
球技広場	15(土)	第38回君津地方中学生陸上競技記録会	
	1(土)、2(日)	友遊ボール君津地区大会	
	8(土)、9(日)	千葉県少年野球大会君津地区ブロック予選	
運動場広場	30(日)	日本製鉄旗争奪小学生野球大会	
	15(土)	ジュニア陸上教室	
	15(土)	「県民の日」無料開放感謝ディ	

## 富津市体育施設大会スケジュール

	総合社会体育館	1(土)、2(日)	第38回千葉県スポーツ少年団バレーボール夏季交流会		
		浅間山運動公園	1(土)、8(土)、15(土)		第37回関東大会千葉県女子南総地区予選
			22(土)、29(土)		スポーツ教室(バドミントン・ソフトバレーボール・インディアカ・ウォーキング)
			4(火)、11(火)、18(火)		健康なぎなた教室
			8(土)		剣道ブロック大会
			9(日)	「県民の日」記念第36回FTS杯争奪バドミントン大会	
	16(日)	富津市バレーボール連盟審判講習会			
	22(土)、23(日)	第2回日本社会人レディスバスケットボール交流大会東地区代表選考会兼千葉県エンジョイバスケットボール夏季交流会			
	29(土)	全日本ジュニアバドミントン選手権大会君津支部予選会			
	30(日)	第27回三枝杯中中学生卓球大会			
9(日)、16(日)	日本スポーツマスターズ2020軟式野球競技富津市大会				
新富運動広場	2(日)、30(日)	4年生選手権第2節・第3節(少年サッカー大会)			

変更する場合がありますのでご了承ください。