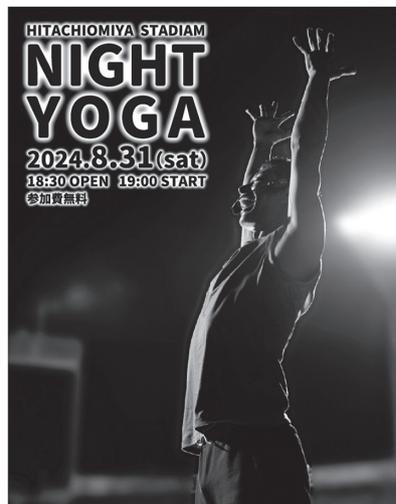


市で初めての屋外ナイトヨガを開催！ HITACHIOMIYA STADIUM NIGHT YOGA【ナイトヨガ】参加者募集

野球場に足を踏み入れることのない人も、今年リニューアルした野球場の人工芝グラウンドで寝転がって自然を感じましょう！初心者や体の硬い方でも安心して参加できる内容です。ヨガで心も体も癒されてください。夏休み最後のイベントとして、ご家族・お友達とぜひご参加ください。

日時	8月31日(土) 18:30開場 19:00ナイトヨガ開始 20:00終了予定 雨天の場合：9月7日(土)に延期
場所	大宮運動公園市民球場(鷹巣1860) ※無料駐車場有
講師	浅野佑介
定員	500名
参加費	無料
申込方法	・申込フォーム ・市スポーツ協会ホームページ (二次元コードが読み込めない方)  ▲申込フォーム
申込期限	8月31日(土) 18:00 ※定員に達し次第受付終了
持ち物	ヨガマット(ない場合は大きめのタオルでも可)、 汗ふきタオル、飲み物など ※動きやすい服装でご参加ください(夜は冷える可能性があるので体温調節可能な服)
主催	一般財団法人常陸大宮市スポーツ協会 一般社団法人「ヨガで町おこし隊」
後援	常陸大宮市・常陸大宮市教育委員会



講師：浅野 佑介
日本を代表するヨガインストラクターの1人。
NHK水戸のヨガコーナーを3年間担当。

☎ 一般財団法人常陸大宮市スポーツ協会 ☎ 52-5223

令和6年度自衛官等募集

受験種目	予備自衛官補(一般)	予備自衛官補(技能)
受験資格	18歳以上52歳未満の方	18歳以上で国家免許資格等を有する方 (資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満)
受付期間	6月1日(土)～9月19日(木)	
試験期日	9月21日(土)～10月7日(月) ※いずれか1日を指定されます。	
待遇	階級は指定しない。教育訓練招集手当：8,800円。所定の訓練終了後、予備自衛官として任用	

試験会場は別途通知します。詳細は下記までお問い合わせください。

☎ 自衛隊茨城地方協力本部 日立出張所 ☎ 0294-21-1524
<https://www.mod.go.jp/pco/ibaraki/>

