#### ラスタホール

## 海外紀行

ラスタ海外クラブ企画

楽しいお話が聞けますよ! 参加無料です。 お気軽にお越しください。

2023年度 ラスタホール講座

### (全3回)

#### ●4月19日(水)

#### 「パラグライダーに乗って世界旅!!」

私は、46歳でパラグライダーを始めました。これまでフランスのモンブランやスイスのマッターホルンなど、また国内は14ヶ所で飛んできました。パラグライダーは、タンデムフライトといって2人乗りで、私が後ろに乗り操縦します。パラグライダーは、安全・安心・快適なスポーツです。

◆講師: 井上 隆生(伊丹市在住、現在75歳。かつて伊丹市の小学校の先生を37年間勤め、笹原 小学校にも6年間勤務しました。)



【静岡・朝霧公園で 富士山を望む】

#### ●5月17日(水)

#### 「ウズベキスタンと私」

私は中央アジアに2回行きました。1度目はパミール高原への高峰登山、2度目はウズベキスタンです。ウズベキスタンの首都タシケントは、かってシルクロードの中継地点として栄えました。

街は空の青と溶け込んで大変美しく、文字通り「緑の都タシケント」でした。

◆講師:大谷 幸雄(ラスタ海外クラブ)



【首都タシケントのホテル前で】

#### ●6月21日(水)

#### 「コロナ後のホノルルマラソン」

コロナ後初めての海外旅行として、昨年12月にホノルルマラソンに参加しました。 コースの景色は大変すてきでした。ホノルルマラソンは、年齢制限・時間制限がありません。 私は、自己新記録となる9時間17秒で42.195kmを完歩してきました。 現在72歳ですが、張本さんの代わりに自分でつい"あっぱれ"と叫びました。

◆講師:伊藤 修(ラスタ海外クラブ)

# AS NAMES IN ARREST OF THE ROST IN ARREST OF THE ROST IN ARREST IN

【ホノルルマラソン2022】

#### 受付開始: 3月16日(木)9:00~

※全3回まとめての受付となります。要事前予約 満員になり次第締切

◎場所:ラスタホール 3階 講座室

◎時間:14:00~15:30 ◎受講料:無料 ◎定員:35名

○天災、講師急病等により、日程変更または 中止となる場合がございます。

○ご自宅を出られる前の検温と、体調不良 の場合は受講を中止していただきますよう お願いします。

お問合せ・お申込み

主

催



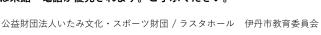
ラスタホール TEL 072-781-8877 <火曜休館>

https://www.lustrehall.com

インターネットによるお申し込みは、ラスタホールのホームページにある「お申込みフォーム」に必要事項を入力のうえ送信してください。

送信後、5日たってもラスタホールからの返信が無い場合は、お電話でお問い合わせください。

※お申し込みは来館・電話が優先されます。ご了承ください。





伊丹市立生涯学習センター/ラスタホール 〒664-0865 伊丹市南野2-3-25