★スポーツ無料体験★

第一体育室

卓球
9:00～12:00

ドッジボール
9:00～12:00

ボッチャ
9:00～12:00

ハンドボール
9:00～13:00

ストラックアウト
9:00～13:00

バドミントン
16:30～18:30

♪チア体験会♪

元気いっぱい！
チアの楽しさを体験しよう★

時間：16:30～17:30
対象：3歳～中学生

当日申し込みOK

★活動発表会★

日頃の練習の成果を発表します♪
みんなで応援しよう！

時間：14:00～16:00
場所：第一体育室

みんなのスポーツ縁日

みんなで遊ぼう
スポーツゲーム★

場所・時間：第一体育室 13:30～16:00
対象：どなたでも参加可能
参加費：300円（中学生以下100円）

お菓子つめ放題ぬりえラリー

午前中のスポーツ体験にたくさん
参加して、ぬりえラリーを完成させると、
お菓子詰め放題に参加できるよ♪

対象：小学生以下
※先着200名まで

幼児のあそびば

みんなあつまれ！あそびの森♪
どんなお楽しみがあるかな！？

場所・時間：卓球スペース 9:00～16:00
対象：未就学児と保護者
参加費：100円（1時間制）

屋外エリア

玄関前・第3運動場

紙飛行機飛ばし
9:00～15:00

手作り紙飛行機を
遠くまで飛ばしてみよう！

※雨天時は、玄関前での
紙飛行機作成のみになります。

体育館入口前・屋外ランニング走路

たくさんのお店の自信のメニューがずらり★

●飲食販売 9:00～16:30
（野菜・パン・ゆでまんじゅう・お弁当など）
※無くなり次第終了となります。

欲しかったものや掘り出し物が見つかるかも♪

●フリーマーケット
9:00～16:30
※雨天時は中止になります。

♪おためしバイキング♪

大人気★恒例イベント

気になるレッスンに
参加し放題！！

参加費

1レッスン券 700円

参加し放題券 1,200円

時間＼場所	第二体育室
9:30～10:20	懐メロエアロ（40名／穴澤）
10:40～11:30	ディスコエアロ（40名／飯田）
11:50～12:40	姿勢改善コンディショニング（40名／蛯谷）
13:00～13:50	バランスコーディネーション（40名／吉田）
14:10～15:00	ZUMBA（40名／吉田）

＜参加方法＞

Come on!
Do your best!

- ●9月4日（木）午前9時から先着順に受付をします。
- ●総合体育館窓口またはお電話にてお申込みください。
- ●参加費は当日総合体育館窓口にてお支払いください。
  バイキングカードをお渡しいたします。
- ●定員に空きがあるレッスンは、当日午前9時から定員までの整理券を配布します。
  ※18歳以上の健康な方が対象です。
  ※開始10分以上経過したレッスンは参加不可になります。

無料開放 トレーニング室

時間：9:00～21:30
対象：高校生相当以上
※登録はできません。

※各プログラムの詳細につきましては、状況により変更になる場合があります。