

★スポーツ無料体験★

第一体育室



卓球

9:00～12:00



ストラックアウト

9:00～12:00



ポッチャ

9:00～12:00



ハンドボール

9:00～13:00



バドミントン

16:30～18:30

第二体育室

breakinダンス体験



アクロバティックに

回ったり跳ねたりを体験しよう★

時間:16:30～17:30

対象:年中～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:100円



お菓子くじ スタンプラリー

午前中のスポーツ体験に参加して、
スタンプを押そう!スタンプの数だけ
お菓子くじが引けるよ!



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慢のメニューがずらり★

●飲食販売 9:00～16:30

(野菜・ホットドッグ・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♪

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/蛸谷)
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>

- 9月3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。



★事前申込制 スポーツ体験★

専門講師による
特別体験会!

トランポリン Special

様々な技やジャンプを
体験しよう!

- ①9:45～10:45
未就学児の部(年中以上)
※保護者の付添い必須
定員:15名
 - ②11:00～12:00
小学生の部(小学1～6年生)
定員:15名
- 場所:第一体育室
●参加費:500円

すべてのスポーツの基本 走り方教室

速く走るためのコツを
身に付けよう!

- ①10:00～11:00
(年長～小学2年生)
定員:20名
 - ②11:20～12:20
(小学3～6年生)
定員:20名
- 場所:第3運動場
●参加費:500円



バスケットボール

ピックアップ方式で
試合を行います!
バスケットボールの
楽しさを体験しよう!

- 時間:16:30～18:30
- 対象:小学5年生～中学生
- 定員:40名
- 場所:第一体育室
- 参加費:無料



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。