

午前からの部

器械体操&ダンス発表&スローエアロビックで準備運動

時間 10:10▶10:30



練習の成果を是非
見に来てください!!

開会行事 時間 10:00▶10:10

ニュースポーツ体験

参加料 無料 時間 10:30▶17:00

対象 どなたでも参加できます
障害をお持ちの方もOKです

- ◆カローリング
- ◆吹き矢
- ◆シャッフルボード
- ◆スリッパ卓球
- ◆ラダーゲッター



空いた時間にきて、体験してみてくださいね

新体力測定

参加料 無料 時間 10:40▶12:30 (受付10:30~)

対象 20歳~79歳

参加締切 10月13日(金)
当日でもOKです

自分の体力がどれくらいか
調べてみませんか?



ビューティー&健康講座

時間 10:30▶16:00 (受付10:00~)

対象 一般~高齢者

参加料 (会員)500円
(一般)800円

参加締切 10月13日(金)
当日でも余裕があればOKです。



施術も
あります

骨盤から若返る!ゴムバンド体操です。

午後からの部

スナッグゴルフ<ミニ大会>

時間 13:00▶14:00 (受付12:45~)

初めての方でも大丈夫!体験時間があります

対象 幼児~一般

参加料 (会員)無料
(非会員一人)300円(保険料を含む)
体験は無料(11:00~13:00まで)

参加締切 10月13日(金)
当日でも余裕があればOKです。

優勝~6位まで、
各部門で賞品が
もらえるよ!



雨天時小体育室

逃走中

時間 14:00▶15:30 (受付13:30~)

対象 小学生以上

参加料 (会員)無料
(非会員一人)300円
(保険料を含む)

体験は無料(11:00~13:00まで)

参加締切 10月13日(金)
当日でも余裕があればOKです。



仲間を救出してポイントゲットが、
それとも自首してポイントキープか!

限られたエリアの中で、
ハンターから逃げた時間に応じて
ポイントを獲得出来るゲームです。

ロープジャンプ

時間 15:30▶17:00 (受付15:00~)

対象 小学生以上

参加料 (会員)無料
(会員・非会員の複合チーム)と
(非会員チーム)500円
(保険料を含む)

参加締切 10月13日(金)
当日でも余裕があればOKです。1チーム13人以上(満たない場合は相談ください)



友達、家族、スポ少、子供会など、
参加して下さるチームを募集します。

順位によって賞品が
もらえるよ!

フリースロー大会

時間 13:00▶14:00 (受付12:45~)

対象 小学生以上

参加料 (会員)無料
(非会員)300円
(保険料を含む)

参加締切 10月13日(金)
当日でも余裕があればOKです。



New

最後まで何が起るか
わからない、フリースロー大会の
一発逆転があるかも?!

順位によって賞品が
もらえるよ!