

みんな楽しく、いい汗かこう

ふれあいスポーツデー

～元気な声、さわやかな汗、笑顔あふれるスポーツライフを～

開催日	4月	6月	7月
	7日(土)	2日(土)	7日(土)

体験スポーツ種目(予定) ※種目はあくまで予定です。体験種目は開催月ごとに変更となります。

トランポリン・輪投げ・魚釣りゲーム・ミニボウリングなど

普段はあまり飛ぶ機会の少ない**トランポリン**に挑戦しよう！
大人も体験できる人気のコーナーです！
飛んだ人はみんな笑顔になれます！是非体験してください！
※混雑時は体験時間に制限時間を設けさせていただく場合があります。



てのひらけつと・バドミントン・ミニテニス・卓球

手のひらがラケットに!?新感覚スポーツ体験!
テニス・卓球を始め、日本代表を目指しちゃおう!
家族で、仲間で、ラケットスポーツを楽しもう!
手ぶらでOK、ラケット・ボールは会場でお貸しします。

ニュースポーツ(レクリエーション)に挑戦してみよう!

【種目】

- ユニカール
- ラダーゲッター
- ティスゲッター
- スポーツ吹矢
- スカットボール
- シャフルボード
- フリースロー
- バグゴ
- パドルテニス



ノルディックウォーキング&ポールウォーキング

健康維持や健康増進におすすめ!初めての方も安心!
専門のインストラクターがマンツーマンでアドバイスします!
腹式呼吸で健康づくりにも良い種目です!

無料テニス体験

※7月はありません

初級者テニスクリニック
&ゲーム交歓会

【会場】

カルチャーパーク庭球場

【受付】

当日、庭球場にて

8:30~先着順受付

【対象】

年齢、男女問わず

※詳細は別紙ポスター・チラシをご覧ください。

無料フィットネス体験(ヨガ・エアロビクス等)

ヨガ・エアロビクスのレッスンが無料で出来ます。

4月 からだ調整体操(9:30~10:50)

当日、メインアリーナにて9時~先着順受付

※無料体験種目は毎月変わります!ご期待ください。

※詳細は別紙チラシをご覧ください。



場 所

総合体育館 メインアリーナ or サブアリーナ

時 間

午前9時~12時 好きな時間にお越しください。

対 象

年齢は問わず、どなたでも参加できます!

持ち物

体育館ばき、運動の出来る服装 タオル、水分補給用飲み物

参加費

無 料 ※貴重品は館内ロッカーをご利用ください

主催者
お問合せ先



公益財団法人
秦野市スポーツ協会

〒257-0015 秦野市平沢101-1

電話. 0463-84-3376

Http://www.hadano-sports.com/

スポーツくら

