

みんなで楽しく、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～

2月7日(土) 9:00～12:00

体験スポーツ種目(予定) ※野外種目は雨天中止です

## ドッジボール メインアリーナ

意外にもふれあいスポーツデー初登場  
ドッジボール体験😊



## バドミントン・ミニテニス・卓球

バドミントン・テニス・卓球を始め、  
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。  
※メインアリーナでは必ず室内シューズを！(はだし不可)



## ニュースポーツに挑戦してみよう！

### 【種目】

- ・ラクロス・車いすバスケット・フライングディスク・ユニカール
- ・ミニボウリング・ラクロス・スポーツクライミング・モルック等



## 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

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

※幼児、小学生の参加  
は保護者とペアでご  
参加ください。

## 無料フィットネス体験 会場 第二武道場(地下)

- ①「リラックスヨガ」講師 マリン氏 午前9時半～10時半 定員70人  
②「やさしいフラ」講師 小倉千草氏 午前11時～正午 定員70人

受付は当日、総合受付で ①9時～ ②10時40分～

※詳細は別紙チラシをご覧ください。

場 所  
時 間  
対 象  
持ち物  
参加費

メタックス体育館はだの  
午前9時～12時

年齢は問わず、どなたでも参加できます！

室内用シューズ、運動の出来る服装 タオル、水分補給用飲み物

無 料

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  
<https://www.hadano-sports.com/>

スポーツクリ  
WINNER 0000 BIG  
スポーツ振興くじ助成事業