

みんなで楽しく、いい汗かこう

ふれあいスポーツデー

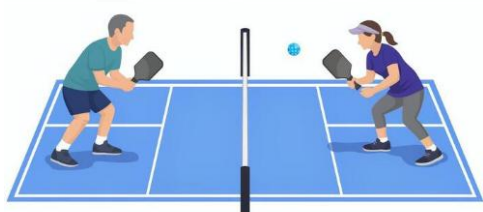
～元気な声、さわやかな汗、笑顔あふれるスポーツライフを～

11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

パークゴルフ体験 カルチャーパーク芝生広場

老若男女どなたでも
ご参加できます
お子さまもOK 😊



バドミントン・ピックルボール・卓球

話題沸騰中のピックルボールをはじめ、卓球、バドミントン等家族で、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)

ニュースポーツや武道に挑戦してみよう！

〔種目〕

- ・ミニボウリング・車いすバスケット・スポーツウエルネス吹き矢
- ・キックターゲット・ラクロス・インディアカ・ユニカール等



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 第一武道場

- ①「ボクシングエアロ」講師 村山美穂氏 午前9時半～10時半 定員70人
②「背骨調整体操」講師 阿部貴子氏 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/>

