

# 市民スポーツ

参加費  
無料  
事前予約制

Let's  
Challenge!

# カーニバル

令和3年10月10日 日 9:00~17:00

場所：箕面市立第二総合運動場・武道館

## オリンピックによる バドミントン教室

講師：森 かおり (2004年アテネ五輪出場)



～メッセージ～

ミズノ アドバイザリースタッフの森かおりです。  
バドミントン大好きな皆さんと一緒にプレーしたり、  
いろいろな交流ができるのを楽しみにしています。  
箕面でお会いしましょう！

主な戦績

- 2001年 全日本総合選手権 シングルス優勝  
ダブルス準優勝
- 2003年 全日本総合選手権 シングルス優勝
- 2004年 アテネ五輪 シングルス出場
- 2005年 アジア選手権 シングルス準優勝

第二総合運動場

オリンピックによるバドミントン教室	ズンパ体験会
エヴェッサバスケット教室	ズンパゴールド体験会
ダーツ体験会	ファミリー体力測定
ピラティス教室	ポッチャ教室
親子でサーキットトレーニング	初回講習会
スナッグゴルフ体験会	トレーニングルーム開放
サッカー教室	ふれあいテニス教室
走り方教室	テニス無料開放
投げ方教室	ミスノセール

武道館

はじめての柔道体験会	はじめてのパレエ教室
はじめての合気道体験会	大人の柔軟ストレッチ教室
イスに座って呼吸筋ストレッチ教室	免疫力UP! からだすっきり教室
フラダンス体験会	はじめてのヨガ教室
跳び箱教室	ロコモ予防! からだバランス改善教室
はじめての剣道体験会	ソフトテニス教室
はじめての空手道体験会	ソフトテニス無料開放

※各プログラムの実施時間や定員、対象など、詳しくは裏面へ

注意事項

- 各種目に定員を定めて、事前予約制とします。
- 雨天時などは、屋外教室は中止です。(雨天などで中止時はミズノ箕面HPへ8:30に掲載します。)
- 運動できる服装・くつでお越しください。  
体育館のプログラムには上履きや体育館シューズ、テニスのプログラムにはテニスシューズが必要です。(小学生以下のかたは、運動くつでも可)
- 小学生以下のかたは、保護者同伴でご来場ください。
- 当日の映像・写真・記録等は市等関係機関のホームページ等へ掲載することがあります。
- 主催者は、傷病や紛失、その他駐車場内での事故等を含め、応急処置を除いて一切の責任を負いません。

ACCESS

第二総合運動場 (箕面市外院 1-2-3)



駐車場に限りがありますので公共交通機関等をご利用ください。

当日最寄りのバス停留所：箕面墓地前・第四中学校前 (阪急バス) / 第四中学校前 (ゆするバス)

武道館 (箕面市新橋 3-12-1)



駐車場に限りがありますので公共交通機関等をご利用ください。

当日最寄りのバス停留所：新橋東・桜 (阪急バス) / 桜中央橋 (ゆするバス)

●主催：箕面市立総合運動場指定管理者 ミズノグループ ●協力：コカ・コーラ ボトラーズジャパン株式会社  
●主管：市民スポーツカーニバルふれあいフェスティバル実行委員会 (箕面市教育委員会・箕面市体育連盟・箕面市スポーツ推進委員協議会)

お問い合わせ 第二総合運動場 ☎072-729-4558・武道館 ☎072-721-7979

# いろいろなスポーツにチャレンジ!!



幼…小学生未満 小…小学生 中…中学生 高…高校生 大…大人

## 第二総合運動場

### オリンピックによるバドミントン教室

場所:大体育室  
講師:森 かおり  
(2004アテネ出場)  
**中 高 大**  
9:30~10:30 (初心者・初級者)  
10:40~11:40 (中・上級者)  
定員各30名 (中学生以上)



### エヴェッサバスケット教室

場所:大体育室  
**小 中 高**  
13:15~14:15 (低学年1~3年)  
14:30~15:30 (高学年4~6年)  
15:45~16:45 (中~高校生)  
定員各25名



### ズンパ体験会

場所:小体育室  
**大**  
9:30~10:30  
定員15名 対象:18歳以上



### ズンパゴールド体験会

場所:小体育室  
**大**  
10:45~11:45  
定員15名 対象:60歳以上



### ファミリー体力測定

場所:小体育室  
**小 中 高 大**  
13:00~14:00  
14:15~15:15  
定員各20名  
対象:小学生以上



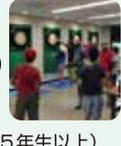
### ポッチャ教室

場所:小体育室  
**幼 小 中 高 大**  
15:45~16:45  
定員20名  
対象:全年齢  
(幼児の場合は保護者と一緒に参加)



### ダーツ体験会

場所:会議室  
**小 大**  
① 9:30~10:30  
② 10:45~11:45  
定員各15名  
対象:①親子(小学5年生以上)  
②18歳以上



### ピラティス教室

場所:会議室  
**大**  
13:15~14:15  
定員10名 対象:18歳以上



### 親子でサーキットトレーニング

場所:会議室  
**小 大**  
15:00~16:00  
定員5組(1組2名で最大10名)  
対象:親子(小学3年生以上)



### ふれあいテニス教室

場所:テニスコート  
**小 中 高 大**  
(①コート) 定員各10名  
9:30~11:30  
13:30~15:30  
対象:小学1~3年生  
(②コート) 定員各10名  
9:30~11:30  
13:30~15:30  
対象:小学4~6年生  
(③・④コート) 定員各20名  
9:30~11:30  
13:30~15:30  
対象:中学生以上 初心者向け



### テニス無料開放

場所:テニスコート  
**中 高 大**  
(⑥・⑦コート)  
9:30~11:00  
3組(1組4名まで)  
11:30~13:00  
3組(1組4名まで)  
13:30~15:00  
3組(1組4名まで)  
15:30~17:00  
3組(1組4名まで)  
対象:中学生以上



### スナッグゴルフ体験会

場所:多目的グラウンド  
**幼 小 中 高 大**  
9:30~10:40  
10:50~12:00  
定員各20名  
対象:全年齢  
(幼児の場合は保護者と一緒に参加)



### サッカー教室

場所:多目的グラウンド  
**小**  
10:00~12:00  
定員20名 対象:小学1~6年生



### 初回講習会

場所:トレーニングルーム  
対象:15歳以上  
**高 大**  
10:00~ 定員2名  
11:30~ 定員2名  
13:30~ 定員2名  
15:00~ 定員2名



### 走り方教室

場所:多目的グラウンド  
**小**  
13:00~14:00 小学1~2年生  
14:15~15:15 小学3~6年生  
定員各20名



### 投げ方教室

場所:多目的グラウンド  
**小**  
13:00~14:00 小学3~6年生  
14:15~15:15 小学1~2年生  
定員各15名



### トレーニングルーム開放

対象:トレーニングルーム会員  
9:30~12:00 定員10名  
13:00~16:30 定員10名

**ミズノセール** 振り出し物いっぱい!  
場所:ロビー  
9:45~12:00, 13:15~14:45

## 武道館

### はじめての柔道体験会

場所:第一道場(畳)  
**小**  
9:00~10:30  
定員24名 対象:小学生



### はじめての合気道体験会

場所:第一道場(畳)  
**小 中**  
11:00~12:30  
定員20名 対象:小~中学生



### イスに座って呼吸筋ストレッチ教室

場所:第一道場(畳)  
**大**  
13:30~15:00  
定員20名  
対象:50歳以上



### フラダンス体験会

場所:第一道場(畳)  
**小 中 高 大**  
15:30~17:00  
定員20名 対象:小学生以上



### 跳び箱教室①

場所:第二道場(板)  
**幼**  
9:00~10:30  
対象:幼児(年中~年長) 定員15名



### 跳び箱教室②

場所:第二道場(板)  
**小**  
11:00~12:30  
対象:小学1~3年生  
定員15名



### はじめての剣道体験会

場所:第二道場(板)  
**幼 小**  
13:30~15:00 定員20名  
対象:幼児年少~小学6年生



### はじめての空手道体験会

場所:第二道場(板)  
**小 中**  
15:30~17:00  
対象:小~中学生 定員20名



### はじめてのパレエ教室

場所:会議室  
**幼 小**  
9:00~10:00  
対象:幼児年中~小学6年生  
定員10名



### 大人の柔軟ストレッチ教室

場所:会議室  
**大**  
10:00~11:00  
対象:18歳以上の女性  
定員8名



### はじめてのヨガ教室

場所:会議室  
**中 高 大**  
11:30~12:30  
対象:中学生以上の女性  
定員10名



### 免疫力UP! からだすっきり教室

場所:会議室  
**大**  
13:30~15:00  
対象:35歳以上 定員10名



### ロコモ予防! からだバランス改善教室

場所:会議室  
**大**  
15:30~17:00  
対象:50歳以上  
定員10名



### 【申込方法】

9月1日(水)~16日(木)までに、武道館、第二総合運動場、スカイアリーナの各窓口又は次のQRコードから。(申込多数の場合は抽選)



当選者の発表は、9月23日箕面市立総合運動場指定管理者「ミズノ」のHP、もしくは上記3施設で掲示します。

### ソフトテニス教室

場所:テニスコート  
**中**  
(②・③コート)  
9:30~12:00  
対象:中学生  
定員20名



### ソフトテニス無料開放

場所:テニスコート  
**小 中 高 大**  
(①コート)  
9:30~11:00  
11:30~13:00  
対象:全年齢  
定員:各1組(1組につき10名まで)  
(①・②・③コート)  
13:30~15:00  
15:30~17:00  
対象:全年齢  
定員:各3組(1組につき10名まで)



拙者もチャレンジするぞござる

