

# いろいろなスポーツにチャレンジ!!

予約不要のプログラムです。一部定員があるプログラム(⑩・⑫・⑳)は先着順です。開始時間20分前より受付いたします。

拙者も  
チャレンジ  
するで  
ござる



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

※キッチンカー、出店など  
飲食コーナー設置しています。

**⑤ふれあいバレーボール体験**

場所:大体育室 幼小中高大  
時間:9:30~11:30  
対象:フリー

**⑥ふれあいバドミントン体験**

場所:大体育室 幼小中高大  
時間:12:00~13:45  
対象:フリー

**⑦ふれあい卓球体験**

場所:大体育室 幼小中高大  
時間:14:15~16:00  
対象:フリー

**⑧ふれあいバスケットボール体験**

場所:小体育室 幼小中高大  
時間:11:00~12:00  
対象:フリー

**⑨ファミリー体力測定**

場所:小体育室 幼小中高大  
時間:12:30~15:00  
対象:フリー

**⑩跳び箱体験**

場所:小体育室 幼小  
時間:15:15~16:00  
対象:年長~小学6年生

**⑪ヨガ体験**

場所:会議室 小中高大  
時間:①9:30~ ②10:00~  
対象:小学生~大人  
定員:各20名(先着順)

**⑫ピラティス体験**

場所:会議室 小中高大  
時間:①11:00~ ②11:30~  
対象:小学生~大人  
定員:各20名(先着順)

**⑬ダーツ体験**

場所:会議室 小中高大  
時間:13:00~16:00  
対象:小学生以上~

**⑭楽しいテニス(小学生以下)**

場所:テニスコート(3・4番コート) 幼小  
時間:9:30~16:00  
対象:幼児~小学生

**⑮ふれあいテニス(初心者)中学生以上**

場所:テニスコート(1・2番コート) 中高大  
時間:9:30~16:00  
対象:中学生以上~

**⑯ふれあいテニス(経験者)中学生以上**

場所:テニスコート(5・6・7番コート) 中高大  
時間:9:30~16:00  
対象:中学生以上~

**⑰ダイヤモンドトライアウト**

場所:多目的グラウンド(西側)  
時間:9:30~12:30  
対象:フリー  
※「遠投・投球スピード  
バットスイングス  
ピード測定」  
幼小中高大

**⑱走り方教室**

場所:多目的グラウンド(西側) 小  
時間:A13:45~14:30(小学1~2年生)  
B15:00~15:45(小学3~6年生)  
対象:小学生

**⑲スナッグゴルフ体験教室**

場所:多目的グラウンド(東側) 幼小中高大  
時間:9:30~11:30  
対象:フリー

**⑳サッカー体験教室**

場所:多目的グラウンド(東側) 小  
時間:12:30~15:00  
対象:小学生

**㉑サーキットトレーニング**

場所:トレーニングルーム 大  
時間:①10:00~10:45 ②11:00~11:45  
③13:30~14:15 ④14:30~15:15  
対象:18歳以上  
定員:各3名(先着順)

**㉒トレーニングルーム開放**

場所:トレーニングルーム 大  
時間:9:30~16:00  
対象:18歳以上

**㉓【ミズノコーナー】**

場所:第二総合エントランス・  
ミズノジュニアシューズ試履会、  
スポーツウエア販売ほか

## 武道館

**㉔合気道体験**

場所:武道館(第一道場、畳)  
時間:10:00~10:45  
対象:フリー 幼小中高大

**㉕柔道体験**

場所:武道館(第一道場、畳)  
時間:11:00~11:45  
対象:フリー 幼小中高大

**㉖空手道体験**

場所:武道館(第二道場、床)  
時間:12:00~12:45  
対象:フリー 幼小中高大

**㉗太極拳体験**

場所:武道館(第二道場、床)  
時間:13:00~13:45  
対象:フリー 幼小中高大

**㉘剣道体験**

場所:武道館(第二道場、床)  
時間:14:00~14:45  
対象:小学生以上~ 小中高大

**㉙居合道演武発表会**

場所:武道館(第二道場、床)  
時間:15:00~15:45  
対象:フリー(見学) 幼小中高大

## 第二テニスコート

**㉚ソフトテニス教室**

場所:第一テニスコート  
時間:9:30~12:00  
対象:小学生以上~ 小中高大

**㉛ソフトテニス開放**

場所:第一テニスコート  
時間:9:30~16:00  
対象:中学生以上~ 中高大