

参加無料!

今治しまなみスポーツクラブ

スポーツフェスタ2017

みんなで **中央体育館へ** Let's go! 

日にち **11月18日(土)**

場所 **今治市営中央体育館**

時間 **9:30~(9:15~受付)**

託児スペースも
あります😊

詳細はお問合せ下さい

お楽しみ抽選会で
豪華景品をゲット!

※受付時に抽選券をお渡しします

HP・Facebook・twitter で詳しい情報をget★今治しまなみスポーツクラブで検索!

申込み 10月12日(木)~11月10日(金)まで ※先着順 ※空きがある講座は当日申込みも可能

笑いヨガ

時間: 10:15~11:45

講師: えひめ笑いヨガ協会

対象: 子どもから大人まで誰でも!

定員: 70名 (事前申し込みが必要)

●笑いヨガとは...

「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせた今話題の運動法です。誰でもできる笑いの健康運動を家族で体験しよう! 笑顔で元気に!😊



ウェーブリング ストレッチ&ヨガ

時間: 9:30~10:30

講師: 吉原 幸栄子 先生

日本ウェーブストレッチ協会インストラクター

対象: 高校生以上

定員: 25名 (事前申し込みが必要)

ウェーブリングを使用して、誰でも簡単に「ほぐす」「伸ばす」「鍛える」を体験しよう! スタイルアップ、疲労回復に♪

ストレッチ&ピラティス

時間: 10:45~11:45

講師: 窪 寿美 先生

クラウンピラティスマット・リフォーマー
ストットピラティスマット 取得

対象: 高校生以上

定員: 25名 (事前申し込みが必要)

●ピラティスとは...

プロ選手から高齢者まで幅広い世代に人気の、身体に優しいエクササイズです。この機会にぜひ体験してみましょう!



ハイハイ選手権

時間: 10:45~11:45

対象: ハイハイのできる1歳未満の子

定員: 30名 (事前申し込みが必要)

貴重なハイハイ時代の思い出に♪♪

かわいい赤ちゃん達のハイハイレースです😊



やってみよう! 体力測定

時間: 9:30~11:45 (入退場自由)

対象: 小学生以上~誰でもOK!

●握力、身長、体重、血圧、
長座体前屈、バランス...など
子どもも大人も、体力測定!
スポーツの秋に健康チェックしてみ
ませんか? ※シューズが必要です。



お昼寝アート

時間: 9:30~11:45 (入退場自由)

対象: 0歳~(何歳でもOK)

●スポーツをテーマに撮影ブースを用意
していますので自由に撮影ください😊
●カメラ・スマホをご持参ください。
かわいい瞬間を撮影しよう♥



みんなで卓球

時間: 9:30~11:45 (入退場自由)

卓球台を無料開放しています😊

お友達や家族みんなで卓球を楽しもう♪

道具貸出あり ※シューズが必要です。

トレーニング室体験コーナー

時間: 9:30~11:45 (入退場自由)

器具の使い方、トレーニング方法教えます!

お気軽にどうぞ♪ ※シューズが必要です。

※小学生は保護者同伴での使用になります。

お楽しみ抽選会

時間: 12:00~

イベントの最後抽選会があります!

豪華景品が当たる!!かも!?

※受付時にお渡しする抽選券が必要です。

●問合せ先 NPO法人今治しまなみスポーツクラブ 0898-24-2351(市営中央体育館)

●申込み方法 ①中央体育館 窓口 ②FAXで送信 0898-24-1651 ③Webからの申込みはこちら→

※事前申し込みが必要な講座でも、空きがある場合は当日申込みが可能です。 ※定員に達した場合のみご連絡させていただきます。

QRコード



スポーツフェスタ2017 申込み用紙

代表者 氏名

代表者 携帯番号

名前	フリガナ	男・女	年齢	申込みイベント(参加イベントに○を付ける) 複数可
			歳	笑いヨガ ・ ハイハイ ・ ウェーブリング ・ ピラティス
			歳	笑いヨガ ・ ハイハイ ・ ウェーブリング ・ ピラティス
			歳	笑いヨガ ・ ハイハイ ・ ウェーブリング ・ ピラティス
			歳	笑いヨガ ・ ハイハイ ・ ウェーブリング ・ ピラティス
			歳	笑いヨガ ・ ハイハイ ・ ウェーブリング ・ ピラティス