

令和6年5月11日(土)

1DAY★スポーツイベント

in いまづ

今津体育館へGO!

持ち物

運動しやすい服装・タオル・飲み物

室内シューズ・参加費

<当日スケジュール>

時間	小体育室A	小体育室B	会議室
9:00	各プログラム15分前より 受付を開始します!	9:30~12:00 防災グッズの展示 クイズラリー(景品あるよ)	
9:30	親子deわくわく体操 & 防災グッズづくりにちやれんじ	スリッパがラケット?? 他にもいろんなラケットがあるよ! 上手にラリーできるかな?!	ふれあい体操(運動遊び) 9:30~10:00 定員8組 子ども300円 大人200円 対象...0歳児とその保護者
10:00	9:30~11:15 定員10組 子ども300円 大人200円 対象...3~5歳児とその保護者	卓球バレー & おもしろ卓球 10:00~11:00 1人800円 定員24名 対象...小学1年生~一般	ふれあい体操(運動遊び) 10:15~11:00 定員8組 子ども300円 大人200円 対象...1歳児とその保護者
10:30	9:30 親子で楽しく運動あそび(45分) 10:15 休憩(15分) 10:30 防災グッズづくり(45分)		運動不足さん、集まれ! (有酸素運動)リズム体操 & 軽めの筋力・ストレッチ 11:15~12:15 定員5名 1人800円 対象...一般 ＜対象年齢について＞ ・0歳児→2023年4月2日~2024年4月1日生まれ ・1歳児→2022年4月2日~2023年4月1日生まれ ・2歳児→2021年4月2日~2022年4月1日生まれ ・3歳児→2020年4月2日~2021年4月1日生まれ ・4歳児→2019年4月2日~2020年4月1日生まれ ・5歳児→2018年4月2日~2019年4月1日生まれ
11:00			
11:30	苦手克服!!(投げる編) 11:30~12:30 1人800円 定員20名 対象...小学1年生~3年生 スポンジのボール(QTボール)を使うよ! ボールを投げる...そのポイントは??		
12:00			
12:30			

Instagramにも
遊びに来てね!

☆申込み☆

先着順

事前に会員登録が
必要です!!

令和6年4月15日(月) 9:00~ 西宮スポーツセンターHPよりWeb申込み

【問合せ】 TEL:(0798) 48-4828 (今津体育館)

お申込みの詳細はHPをごらんください

イベントページ

