

スポーツに  
親しもう♪

# 花スポ ワンデーフェスタ

9月13日(日)

in 長井市置賜生涯学習プラザ

時間◆10:00~15:00

## 小学生対象ドッチビー大会

上位3チームには豪華景品をプレゼント♪  
ドッチビーとは、柔らかいフリスビーを使って、ドッチボールのルールで行うスポーツです。  
8人1チームでご参加ください(^^)/



参加無料だよ〜♪  
気軽に遊びに  
来てね!



社会人チーム対象 3on3 大会を開催致します。  
参加料は1チーム3,000円!  
上位3チームには、豪華景品を差し上げます。  
ぜひご参加ください!

## 3on3 大会 同時開催!



## スポーツ体験コーナー

専門指導者による指導の下、各種スポーツの体験ができます。  
この機会に体験してみませんか?  
動きやすい服装で、内履きをご持参ください(^^)

★ピラティス ★バランスボール ★エンジョイ吹き矢  
★エアロビクス ★青空ヨガ ★姿勢美人ウォーキング

各種体験コーナーでスタンプを集めた方には、先着でプレゼントも!



## 血管年齢測定コーナー

保健師さんによる血管年齢測定会を開催致します。この機会に、健康相談もいかがでしょうか?  
お待ちしております♪



## オープンアリーナ

広くて明るい体育館で、思いっきり遊ぼう!

★バドミントン ★卓球 ★スポレック ★ニュースポーツ



## プールコーナー

全日無料開放を行います。

### プールをご利用される方へ

プールでの体験教室にご参加される方は、水着・帽子・タオル・ゴーグルをお忘れなくお持ちください。また、オムツのとれていないお子様はプールへの入水はできません。泳げないお子様がプールに入られる場合には、必ず保護者の方が同伴ください。

長井花のまちスポーツクラブ【花スポ】事務局

☎0238-87-0187 ✉hanaspo@e.jan.ne.jp






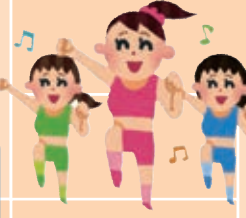
長井市九野本1235-1 (長井市置賜生涯学習プラザ内)



スポーツ振興くじ助成事業

# ワンデーフェスタタイムテーブル

この他にも、体育館でのオープンアリーナや屋外フードコートなど楽しいイベント満載です。

時間	体育館	軽運動室	1F 学習棟		音楽練習室	陸上競技場 2F 和室
10:00	10:00~12:30 <b>社会人対象 3on3 大会</b> 	10:30~12:00 <b>バランス ボール 体験教室</b> 	10:00~12:00 <b>けん玉 体験 コーナー</b> (催し広場)	10:00~12:00 <b>血管年齢 測定 コーナー</b> (催し広場)	10:30~11:30 <b>姿勢美人 ウォーキング 体験教室</b> 	花スボ初の 屋外ヨガです！ 芝生で気持ち よくリラックス〜♪
10:30			ゆらゆら楽しく シェイプアップ♪ お子さまも一緒 どうぞ (^^)	けん玉の長井！ 初めての人も 得意な人も 一緒に遊ぼう♪		正しい歩き方を 身につけて、 姿勢美人に♪ ダイエット効果も?!
11:00			12:30~15:00 <b>小学生対象 ドッチビー 大会</b> 	13:00~14:30 <b>エンジョイ 吹き矢</b> 		音楽に合わせて 楽しく一汗 かきませんか？
11:30	的に当たる爽快 感はやみつき！ ストレス発散に おすすめです♪	13:30~15:00 <b>ピラティス 体験教室</b> 	呼吸法で体幹を 緩やかに鍛えま す。初心者の方 もどうぞ！	13:00~15:00 <b>茶道 体験教室</b> (2F 和室)	おいしいお抹茶 とお菓子で ほっと一息 お茶代 100円です	
12:00						
12:30						
13:00						
13:30						
14:00						
14:30						
15:00						

## 3on3大会・ドッチビー大会申込方法

参加ご希望の方は、どちらもお電話 (87-0187) にてお申込みください。お申込時には、

- 参加者全員のお名前
- チーム名
- 代表者のお名前・連絡先

をお伝えください。申込締切は **9月10日(木)** です。

### 《3on3大会》

- ・1チーム4人以下とします。
- ・1チーム3,000円の参加料がかかります。

### 《ドッチビー大会》

- ・小学生限定の大会です。
- ・8人1チームでお申込みください。

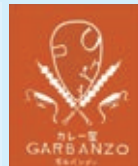


※詳しくは、ホームページにてご確認ください。

## フードコーナー出展者一覧

### カレー屋 Garbanzo

その場で焼いたナンとおいしい本格インドカレーを販売します!



### イタリア料理 SIATTACA

ピザ生地チーズやトマト、バジルを包んで揚げた熱々カトルツォーネをどうぞ!



### もぐもぐ Cafe

たくさん食べてね!

