

くびき総合スポーツフェスタ

みるひと、するひと、ささえる人 みんなで楽しむ9日間

9月28日(土)～10月6日(日)

期間中に、合計1時間以上の運動をして、さわやかな汗をながしましょう!!

日	時間	種目	場所
9月28日(土) 	7:00～16:00	サッカー大会	ふれあいグラウンド
	8:00～17:00	少年野球大会	くびき球場
	10:00～15:00	卓球体験教室	B&G 2階
	★15:30～16:30	大人の水泳教室	B&G 7-1
	★16:30～17:30	男の水中運動	B&G 7-1
9月29日(日)	7:00～17:00	サッカー大会	ふれあいグラウンド
	10:00～15:00	スマイルボーリング大会及び ニュースポーツ体験会	B&G 体育館
10月1日(火)	★13:30～14:30	健康水中運動(しっかり火曜コース)	B&G 7-1
10月2日(水)	★13:00～14:00	健康水中運動(のんびり水曜コース)	B&G 7-1
	★10:00～11:00	トランポビクス&スローエアロビック教室	B&G 体育館
10月3日(木) 	★10:00～11:30	いきいき健康体操教室	希望館トレーニングルーム
	★18:00～22:00	モルック体験会	B&G 体育館
	★19:00～20:30	機能改善教室	B&G 2階
10月4日(金)	★13:30～14:30	健康水中運動(しっかり金曜コース)	B&G 7-1
	★14:00～15:00	はつらつ健康体操教室	希望館トレーニングルーム
	★19:30～20:30	健康水中運動(はつらつ金曜コース)	B&G 7-1
10月5日(土) 	7:00～16:00	サッカー大会	ふれあいグラウンド
	8:00～17:00	少年野球大会(予備日)	くびき球場
	9:00～13:00	卓球体験教室	B&G 2階
	★15:30～16:30	大人の水泳教室	B&G 7-1
	★16:30～17:30	男の水中運動	B&G 7-1
	9:30～12:00	体力測定会	B&G 体育館
10月6日(日)	7:00～17:00	サッカー大会	ふれあいグラウンド
	9:00～12:00	南川地区スポーツフェスティバル	南川小学校
	10:00～12:00	ジュニアスイミング受講生水泳記録会	B&G 7-1(4.5.6コース)

★は無料体験教室です。無料体験は申込不要。該当の教室の開始時間にお越し頂ければ結構です。

参加者大募集!



お問い合わせ くびき総合スポーツフェスタ実行委員会

事務局 025-530-2381 (海洋センター内)