



家族みんなで楽しめる！

岩国運動公園

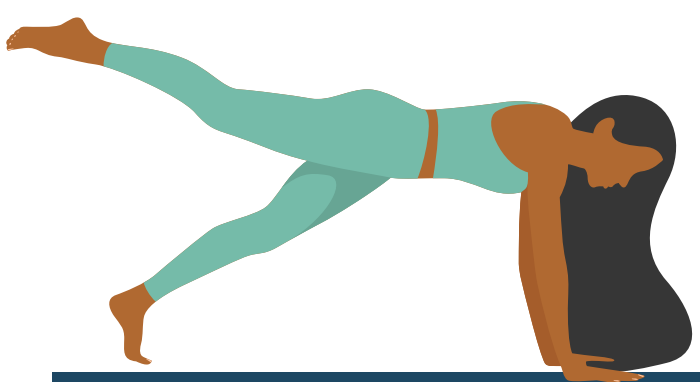
多世代交流

スポーツフェスティバル

2024

12/21 (土)

10:00 ▶ 11:30



PLACE 岩国運動公園

4つのクラスをご紹介します♪



かけっこ教室

(ゲートボール場)

対象：年長～小学3年生

走りに必要な体の使い方や足の動かし方などを簡単な動作練習や遊びを通して身につけていきます。

キッズスポーツ塾

(ゲートボール場)

対象：小学4年生～6年生

ゴールデンエイジの時期に、飛躍的に伸びると言われている運動神経を高めるトレーニングを行います。

ポップピラティス

(会議室)

対象：中学生以上

アップテンポな洋楽に合わせて行う進化系ピラティス。有酸素やコアトレーニングも取り入れたトータルボディワークアウトになっています。

初級エアロビ

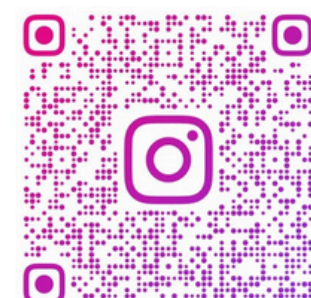
(武道場)

対象：中学生以上

シニアや体力に自信が無い方向けのエアロビクス教室。懐メロを使ったリズム体操にプラスして脳トレ体操を行います。

イベントのお申込み、お問い合わせは岩国運動公園へ
電話もしくは是直接ご連絡ください。

岩国運動公園 ☎ 0827-32-7411



@IWAKUNI.SPORTS.PARK

岩国運動公園 多世代交流スポーツフェスティバル について



岩国運動公園

ご家族やお友達とご一緒に♪
もちろんお一人でのご参加も大歓迎！
たくさんの方にお会いできるのを楽しみにしております。

12/21

10:00-11:30

【申込期間：11/15～12/14】

《内容・会場・対象・定員》

内容	会場	対象	定員
かけっこ教室	ゲートボール場	年長～小学3年生	15名
キッズスポーツ塾	ゲートボール場	小学4年～6年生	15名
ポップピラティス	体育館会議室	中学生以上	15名
初級エアロビ	体育館武道場	中学生以上	30名

《持ち物》

飲み物、タオル、動きやすい服装
屋外用シューズ（かけっこ教室、キッズスポーツ塾）
ヨガマット（ポップピラティス ※無料貸出有り）
屋内用シューズ（初級エアロビ）

《参加費》

お一人¥500 当日受付にてお支払いをお願い致します。

《お申し込み方法》

岩国市総合体育館へ電話もしくは直接お申込みください。

☎ 0827-32-7411