

種目体験イベント



1部

ヨーガセラピー教室

キッズチャレンジダンス教室

2部

自然体ソフト&バレー教室

ニュースポーツ教室

カラダづくり教室

昔遊び(体験ブース)

6.12
開催種目

どなたでも参加OK!!

運動すっへ!

2016

6.12日・19日

[会場] 遊佐町民体育館

一度に複数の
種目に参加
できます!

各種目
1時間の
開催です!

6.19
開催種目

まず、かだてみねが?

種目に参加された方の中から抽選で遊佐町の特産品をプレゼント!

1部

バドミントン教室

楽しくマット運動教室

楽しく健康体操教室

2部

卓球

3on3バスケ

参加費
(2日間)

一般 / 500円(高校生以上)
子ども / 300円(小学生~中学生)
クラブ会員・園児(年長) / 無料
※イベント当日のレクリエーション保険料込みです。

持ち物

屋内シューズ、タオルや飲み物
(動きやすい服装でお越し下さい)

- 受付: 午後1時20分~
 - 開会式: 午後1時50分~
 - 種目体験1部: 午後2時10分~
 - 種目体験2部: 午後3時20分~
 - 閉会式: 午後4時20分~午後4時30分
- 途中から参加することもできます!!

申込方法

下記申込先より、お名前、年齢、連絡先をお伝えいただくか、チラシ裏面の申込書に必要事項を記入のうえ参加申込書を遊佐町民体育館窓口にご提出ください。当日申込みの場合は、受付にご提出ください。

【主催】遊佐町総合型スポーツ文化クラブ「遊's」 / 【共催】遊佐町教育委員会

問合せ
申込み

遊佐町総合型スポーツ文化クラブ「遊's」事務局

メール: mail@yuza-yuzu.com

080-9630-2015

ホームページ: http://www.yuza-yuzu.com



スポーツ振興くじ助成事業

6月12日(日)開催種目

① ヨーガ・セラピー教室

[1部]午後2時10分～3時10分

講師 佐藤 陽子氏

対象 20代～80代(目安)

アーサナ(ポーズ)、呼吸法、瞑想法を組み合わせを行い、ストレスから解放し、健康回復効果を提供します。初心者や疾患をお持ちの方でも安心してご参加いただけます。



④ カラダづくり教室

[2部]午後3時20分～4時20分

講師 伊藤 みふゆ氏

対象 50代～(目安)

自分のカラダは自分でつくる!自分の健康は自分で守る!カラダや心、最近注目の脳まで、メンテナンスを行いながら長持ちするカラダづくりと一緒に始めてみませんか!?



② キッズチャレンジダンス教室

[1部]午後2時10分～3時10分

講師 伊藤 みふゆ氏

対象 小学生(目安)

音楽に合わせたダンスや楽しいトレーニングを通して子どもたちの運動能力を引き出し、いろんなことにチャレンジするための体づくりを行っています。



⑤ 自然体ソフト&バレエ教室

[2部]午後3時20分～4時20分

講師 遊佐クラブ

対象 園児(年長)・一般(※親子ペア)

身体が喜ぶ練習方法で「失敗いっぱい大歓迎」をモットーに自然体ソフト&バレエを楽しみませんか!?もちろん、初心者大歓迎!みんなでボールと心をつなぎましょう!



③ ニュースポーツ教室

[1部]午後2時10分～3時10分

講師 遊佐町スポーツ推進委員

対象 どなたでも

スロバック等のニュースポーツで体を動かしましょう!子どもからお年寄りまで誰でも気軽に楽しめる内容です。



⑥ 昔遊び(体験ブース)

[2部]午後3時20分～4時20分

対象 どなたでも

自由に体験できるブースです!

コマ回しや竹とんぼ等、昔からある懐かしい遊びで盛り上がりましょう!お子さんやお孫さんと参加すれば会話ははずみます!



6月19日(日)開催種目

⑦ 楽しく健康体操教室

[1部]午後2時10分～3時10分

講師 畑中 千賀子氏

対象 50代～(目安)

丹田呼吸法で氣(生命力エネルギー)を高め、自律神経を調整し、全身の血行をよくします。足腰が不自由な方でも参加できます。



⑨ バドミントン教室

[1部]午後2時10分～3時10分

講師 遊佐バドミントン愛好会

対象 小学生～一般(目安)

初心者を対象にラケットのにぎり方など、基礎から学べます。子どもから大人まで、世代を超えて楽しくバドミントンをしてみませんか!?



⑧ 楽しくマット運動教室

[1部]午後2時10分～3時10分

講師 遊佐ジュニアRG

対象 小学生～一般(目安)

基礎的なマット運動(倒立、側転、バク転など)、体力づくりを楽しく行います!夢のバク転へ挑戦してみませんか!?



⑩ 卓球

⑪ HIPHOPダンス

⑫ 3on3バスケ

[2部]午後3時20分～4時20分

対象 中学生以上

参加者同士で楽しもう!



※指導者はいませんが担当者が1名付きます

平成28年度 種目体験イベント「運動すっべ!」参加申込書

参加申込書の提出は、一世帯につき1枚の提出をお願いいたします。

お名前	性別	年齢	参加種目番号 (①～⑫)	住所
ふりがな ①	男・女			〒 TEL() その他(伝えておきたい事等)
ふりがな ②	男・女			
ふりがな ③	男・女			
ふりがな ④	男・女			
ふりがな ⑤	男・女			