10/8(土)9(日) 草薙まつり

スポーツで、遊ぼう。楽しもう。

10:00~17:00

※雨天決行／荒天中止（中止する場合は、公式HPまたはインスタグラムにてお知らせいたします。）

場所：草薙総合運動場

草薙総合運動場がスポーツパークに！

Special Lesson

10月8日

会場：⑤このはなアリーナ
①②③④⑥陸上競技場会議室

持ち物：動きやすい服・飲み物・タオル
⑤は室内シューズ

料金：無料

9/20より
実施会場と硬式野球場にて
申込開始❣

電話での申込可
家族以外の方の申込不可

①筋膜リリース＆腰痛予防　定員:20名
AI　10:00～10:45　対象:中学生～大人

②チェアバレトン　定員:20名
AI　11:00～11:45　対象:中学生～大人

③さわやかこりトレッチ　定員:20名
藤伊真由花　13:00～13:45　対象:高校生～大人

④ヨガ　定員:20名
安本理津子 フィジカルヨガ普及協会所属
14:00～14:45　対象:小学生～大人

⑤ZUMBA®　定員:60名　承認No20066
ECO　14:30～15:20　対象:中学生～大人

⑥ウェーブストレッチ＆フラフープエクササイズ　定員15名
山崎美也子　15:35～16:20　対象:小学3年生～大人

申込・お問合せ：陸上競技場☎054-265-6100　硬式野球場Tel054-261-9265

ご来場は公共交通機関をご利用ください。