

# 市民スポーツカーニバルin渚

## 2023年10月9日(スポーツの日)

家族で、友達と、みんなでスポーツを楽しみましょう！

開催場所	イベント名	開設時間・内容 (※下記の欄が開設時間です)										
		9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時~21時		
ドームアリーナ	A面	バルシューレ体験 (NPO法人KEY)	 9時30分~11時30分 バルシューレはドイツで生まれたボール遊び運動です。運動が苦手でも大丈夫！めいっぱい楽しく遊びましょう♪									
		トランポリン体験	 9時30分~13時30分 									
	B面	バドミントン 9時~ 3コート 13時~ 2コート (45分単位)	①9時~ ②10時~ ③11時~ ④12時~				 ⑤13時~ ⑥14時~ ⑦15時~ ⑧16時~					
		卓球 13時~ 4台 (45分単位)					⑤13時~ ⑥14時~ ⑦15時~ ⑧16時~					
フィットネスルーム	全面	ダブルダッチ体験 (MIYAKO JUMP ROPE CLUB)	 12時30~14時30分 ダブルダッチとは、自分の身体はもちろん頭も使うスポーツです。初めての方も誰でも気軽に体験できます♪									
		卓球 9時~ 6台 (45分単位)	①9時~ ②10時~ ③11時~									
スカイアリーナ	アーチェリー体験 弓道体験	※ 道場内入室は人数制限あり 順番に廊下待機										
		9時30分~12時30分					13時30分~16時30分					
	弓道 ※登録証所有者のみ	(弓道個人) 17:00~21:00 ※2時間(登録証所有者の方のみ)										
アスレチックルーム	トレーニング ※登録証所有者のみ	9:00~21:00 ※2時間(登録証所有者の方のみ)										
開催場所	イベント名	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時~21時		

### スポーツ三昧 ~ みんなでいっしょに楽しもう! ~

●注意事項

全て当日受付(無料)です。

- ・ 年齢問いませんが、種目によってはご遠慮いただく場合もございます。
- ・ 主に時間交代制で行いますので、お待ちいただく場合もございます。
- ・ バドミントン・卓球の個人利用は、45分単位です。独占使用にならないようご協力願います。
- ・ 用具は貸し出しいたしますが、数に限りがございますのでお持ちの方はご持参ください。
- ・ 運動に適した服装、体育館シューズをご持参ください。
- ・ 駐車場(有料)には限りがあります。公共交通機関をご利用ください。
- ・ 敷地内はすべて禁煙です。ゴミは各自でお持ち帰りください。
- ・ 万一の事故には、応急処置等を実施いたしますが責任については負いません。
- ・ けがのないようスポーツに親しみ、楽しい1日をお過ごしください。