

スタジオ 骨密度測定



あなたの骨密度はどのくらい？
この機会にぜひ受けてみましょう！

10:30～16:00で実施
※1回500円必要です

プール 競泳 指導員対決



日頃の練習成果を指導員と勝負！
勝ったら景品がもらえます♪ 

子どもの時間

流水、浮島、滑り台で遊べる時間

10月12日(月)スポーツの日 スポーツフェスタ 無料開放 9:00～18:00

施設全体で様々なイベントを行います♪

人工芝グラウンド

「3vs3」サッカー対決

家族や友達と力を合わせて
ミニ試合♪



ウォーキングサッカー教室

誰でもできる、走らないサッカー♪

スタジオ

運動機能分析「ザリッツ」

イスから立ち上がるだけの簡単測定で
下肢筋力とバランス能力が分かる！

体力測定コーナー

握力、全身反応時間などをセルフ
チェックしてみましょう！



スポーツフェスタ 無料開放

10月12日(月)9時～18時

スタジオ

スタジオ

人工芝 ※雨天中止

プール

10時

10:30～16:00

運動機能分析 「ザリッツ」

イスから立ち上がるだけで、簡単に足の運動機能を確認できます



体力測定

握力、全身反応時間が測定コーナーでチェックできます



11時

10:30～16:00

「骨密度測定」



1回500円

※骨密度のみ有料



普段、測定できない骨密度！
この機会にぜひ受けてください！

12時

13時

14時

15時

16時

※当日のトレーニングルーム、プール、グラウンド等の全てのエリアは**無料**です
骨密度測定のみ有料(500円/回)となります

10:00～12:00

「3 vs 3」 サッカー対決！

家族や友人と力を合わせてミニ試合♪



は景品あり！

14:00～17:00

人工芝 無料開放

自由に遊べるスペースで思いっきり体を動かそう！



14:00～17:00

フットゴルフ

サッカーボールを蹴ってゴルフをします。障害物の向こうにあるカップを目指します。

15:00～16:30

ウォーキングサッカー

誰もが安心して体験できる走らないサッカー。歩いて行うので、きつくなく、ちょうどよい運動になります♪

★のイベントは15分前よりプールで受付開始します

10:30～12:00

子どもの時間

流水、浮島、滑り台で遊べる時間

★11:00～11:30
指導員と対決！

日頃の練習成果を指導員と勝負！



★13:30～14:00
指導員と対決！

14:00～16:00

子どもの時間

イルカの浮き具、浮島、滑り台で遊べる時間♪

