

★10月14日はアイザックスポーツドームに集まれー★ 参加賞あり！！

アイザックスポーツドーム  YAKIYAMAスポーツクラブ
いきいきスポーツの日事業



●屋内グラウンド 10時00分～12時00分

コ サ ル

小学生から大人まで、気軽にフットサルを楽しめます。

○対象：一般男女自由参加



9時00分～17時00分 **無料開放！！** (2時間ごと)

1面は当日8:30から受付です。(先着順)



●アリーナ 9時00分～13時00分

ビーチボール交流会

リーグ形式でゲームを楽しめます。(一般男女)

○一般の部 ○ジュニアの部(小・中学生)

□申込は4名以上で事務所にて受け付けます(10月11日まで)



13時00分～17時00分 **無料開放！！** (2時間ごと)

半面2時間は当日受付です。(先着順) 半面はスポーツネット予約可です。



●多目的ホール 13時30分～15時00分

トレーニング&コンディショニング

おてがる5分間サーキットトレーニングで筋力アップ↑↑

ストレッチポールを使用して動きの良い身体にととのえます。

□申込は事務所にて受け付けます(先着小学生以上15名)

9時00分～13時00分 **無料開放！！**

●ランニングコース 終日**無料開放！！**



◆9時～16時 体成分測定(高校生以上予約優先測定料100円)