

2000年体育館

10/10
(月・祝)

いきいきスポーツの日

すべて
無料

参加賞もあるよ
先着制、なくなり次第終了

9:30~11:00

コンディショニング & トレーニング体験会

講師: 吉田知美(ピラティスインストラクター)

中学生以上 先着 40名

9月20日(火)から受付開始

ストレッチポールを使って体のゆがみを改善し、簡単にできる筋トレエクササイズを行います。身体の不調を感じる方、肩や首コリ、腰痛でお悩みの方、痩せやすい体質を手に入れたい方におすすめです。

姿勢改善
効果あり☑

注意: 妊婦の方や
現在腰に痛みのある方は
参加できません。



11:00~17:00

無料開放(2時間)

アリーナ 1/2 面分

当日朝 8時30分から電話受付

可能な種目はバスケットボールワンゴール
(ゴール下のみスリーポイントは不可)バドミントン、ビーチボール、フレッシュテニス等々。卓球は2台分予約の際に種目をお伝えください。

道具は無料!!
内履きシューズが
必ず必要です



チャレンジ pingpong 大会 (自己申告制) 11:00~17:00

今年も
やります!!
すべて無料

無料開放スペースに卓球台を常設します。

その1 『チャレンジラリー』 時間は10分間。2名でラリーが続いた回数を競います

その2 『シューティング ROBOPONG!!』 ピンポンマシンロボポンから飛び出す球を的にあてよう!
(1回60球)

🍎回数を掲示します。家族で、お友達と、チャレンジしませんか! 🍎

(公財)富山市体育協会

2000年体育館

富山市天正寺 1400番地

電話420-2000

ホームページ <https://www.taikyuu-foyama.or.jp/>

※新型コロナウイルス感染拡大により変更になる場合があります。



(公財)富山市体育協会

LINE 公式アカウント始めました!!

QRを読み込んでお友達にならしましょう

・新型コロナ感染対策を講じて開催します。・イベント参加の際はマスク着用をお願いします。