

# 跳んで、投げて、走って！ 大人の運動遊び



## ☆ 参加者募集中 ☆

**場所** 笠岡総合体育館内 サブアリーナ

**日時** 10月19日(水)16:00~16:30  
10月26日(水)16:00~16:30

**受講料** 550円(税込)

**対象** 一般

受講料は2日分の金額です。

【ご注意】

1日のみの参加でも料金は変わりません。

● 持ち物：室内用シューズ・水分・タオル

● 定員：20名(先着順)

### 当日のコロナウイルス感染対策

・マスク着用の必須 ・アルコール消毒、検温を実施 (37.5℃以上の場合は参加不可)

### ＊ 内容

日頃行うことが少なくなった  
跳ぶ、投げる、走る動きを  
用具を使用して行います。  
運動不足の方も、みんなで  
楽しく体を動かしましょう♪  
是非気軽にご参加ください！

### 申込方法・受付場所

電話予約または、  
トレーニングルーム窓口で直接予約  
※申込メ切、イベント前日13時まで

当日の受付は、笠岡総合体育館内  
トレーニングルーム窓口



ミズノウェルネス笠岡

TEL：0865-66-5280

〒714-0054 岡山県笠岡市平成町63-2  
<https://shisetsu.mizuno.jp/mss-7356>

●営業時間 平日 / 9:00~21:00  
土曜日 / 9:00~21:00  
祝日 / 9:00~17:00

●休館日 毎週日曜日・年末年始

※申込の際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたします。