

ミスノスポーツフェスタ2023 inサンテさかど

2023.11.12(日)

午前の部 9:00~12:00

午後の部 13:30~16:30

※アリーナ最終受付は各部終了30分前まで

●参加費：**無料**(スタジオ教室を除く)

●スタジオ教室は**参加費500円**です。

●スタジオ教室は**事前申込制**です。

お申込は**10月19日(木)9時から**

※**お電話のみ先着順**となります。

★イベント参加の際は動きやすい服装で
室内シューズをお持ちください。
スタジオ教室参加の方は**室内シューズ
飲み物・タオル**などをお持ちください!

スポーツ体験コーナー&激ムスチャレンジ(アリーナ) ※無料

* ボッチャ

赤・青のボールを6球ずつ
投げたり、転がしたりして
いかに目標の白いボールに
近づけられるかを競います。



* スラックライン

専用のラインの上を
綱渡りのように
わたります。



* 卓球

~激ムスチャレンジ~

パネルに空いた15個のマトを
打ち抜くチャレンジ!



* バドミントン

~激ムスチャレンジ~

反対のコートに設置された
輪の中にシャトルを
入れるチャレンジ!



縁 日(アリーナ) ※無料

* バケツボール入れ



* お菓子釣り



* わなげ



☆どのスポーツも子どもから大人まで楽しむことができます!

☆スタンプラリー実施!参加者から抽選で後日ミスノ商品プレゼント(^^♪

【指定管理者】ミスノ・セイホクススポーツグループ

〒350-0269 埼玉県坂戸市につさい花みず木1-3

坂戸市健康増進施設サンテさかど

<https://shisetsu.mizuno.jp/mss-7582>



お申し込み・問い合わせ

TEL.049-280-7111

申込時間：9:00~21:00

【開館時間】8:30~22:00(プールのみ10:00~21:00)

【休館日】毎月火曜日(但し、祝日の場合は翌日の
祝日以外の日となる)

年末年始(12月30日~1月2日)

ミス/スタジオ教室(スタジオ全面) ※要予約・有料(500円税込/1回)

* **ラララフィット** 9:00~9:50 対象：60歳以上(目安) 定員：20名
椅子を使ったストレッチや筋力トレーニングを行うプログラム



* **バレトン** 10:00~10:50 対象：18歳以上 定員：20名
フィットネス、バレエ、ヨガを統合させた新感覚エクササイズ



* **ヨガ** 13:30~14:20 対象：18歳以上 定員：20名
ヨガの基本的なポーズと呼吸を意識することでインナーマッスルに働きかけます。



* **メガダンス** 14:35~15:25 対象：18歳以上 定員：20名
ヒップホップ、ラテン、ディスコなど世界中のさまざまなダンスを行うプログラム



* **ファイドウ** 15:40~16:30 対象：18歳以上 定員：20名
音楽に合わせてながら、格闘技の動作を行う有酸素運動のプログラム



シアターダンス&体育スクール発表会(アリーナ)

* **開催時間** 12:30~13:15

サンテさかどで実施しているシアターダンススクール・体育スクールが日頃の成果を披露します。どなたでも観覧可能です。是非お越しください

プール アクアビクス教室

※参加無料・別途入場料必要

音楽に合わせて水の中で身体を動かします!



* **開催時間**

- ① 11:50~12:20
- ② 12:50~13:20
- ③ 13:50~14:20

トレーニング室 握力チャレンジ

※参加無料・別途入場料必要

サイコロを振って出た目のkg
ピッタリ目指して
チャレンジ!
ピッタリの方には・・・
プレゼントも!?



キーホルダー・小銭入れづくり

※有料・1つ500円(税込) ※1Fエントランス

* **野球バットの木材を使った
キーホルダーづくり**



* **野球グラブの皮を使った
小銭入れづくり**



オリジナルの小銭入れ・キーホルダーを作ろう!!

キッチンカー ※屋外・正面玄関前

* **團五郎**

⇒ だんご各種



* **しおぼんだ**

⇒ 無添加パン各種、飲み物など



* **げんちゃんキッチン**

⇒ スープカレー、
ザンギ、スイーツなど

