

# ミスノスポーツフェスティバル in清水町体育館

2022.7.31(日)  
10:00 ~ 16:00

- 参加費：**無料**(子どもワンコイン教室を除く)
- 子どもワンコイン教室は**参加費500円**です。
- 子どもワンコイン教室とレッスンプログラムは事前申込制です。

お申込は**7月11日(月)12時から**

**※お電話のみで先着順となります。**

★運動時以外はマスクの着用をお願いいたします。

★プログラム参加の際は動きやすい服装でお越しください。

また、室内シューズをお持ちください！

**障がい者スポーツ・軽スポーツ体験コーナー(アリーナ) ※無料**

## \*カローリング

カローリングは、氷上で行うカローリングをフローアで手軽にできるスポーツ。



## \*室内用 グラウンドゴルフ

屋外と同じように楽しむことができます。ホールインワンに挑戦しよう！



## \*ディスクターゲット

ディスクゲッター(9枚のパネル)に向かって、ディスクを投げるゲーム。



## \*ボッチャ

目標球と呼ばれる白いボールに赤・青のそれぞれ6球ずつを投げたり、転がしたりして、いかに白いボールに近づけられるかを競います。



☆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(^^)

## 物販コーナー(階段下)

**ミスノ品**

**20%~50%OFF**

シューズ・衣類・小物類など・・・

特別価格で販売致します！

当日店頭にはない商品も注文承ります。

この機会に是非お買い求めください！

## キッチンカー(屋外)

移動カフェBros.

水出しコーヒー、コーヒーゼリー、チーズケーキ etc...

タコライス478

本場沖縄タコライス、ポークタマゴサンド etc...

老舗・からあげ家八鳥目

各種からあげ、手羽先、焼き鳥 etc...

イベント参加者以外の方も大歓迎！

是非お立ち寄りください(\*^^\*)

## ★親子スポーツ教室

走る、ボールなどを使用して親子で楽しく動きます！

10時～10時45分 対象：今年度2歳～3歳 定員：15組



## ★苦手克服教室(鉄棒)

逆上がりを出来る事を目標に行います。

11時～11時45分 対象：幼児年少～年長

12時～12時45分 対象：小学1年生～6年生 定員：各15名



## ★苦手克服教室(跳び箱)

3段以上が跳べるようになることを目標に行います。

11時～11時45分 対象：小学1年生～6年生

12時～12時45分 対象：幼児年少～年長 定員：各15名

## ☆ミスノ流忍者学校

「走る」「投げる」「隠れる」などの様々な動きを楽しく修行しながら立派な忍者を目指します。

13時30分～14時30分 対象：幼児年少～年長 定員：30名

14時45分～15時45分 対象：小学1年生～6年生 定員：30名



## ミスノレッスンプログラム(卓球場・トレーニング場)

※要予約・無料

\* ZUMBA 10時～10時50分 対象：18歳以上 定員：25名

ラテンの音楽に合わせて、楽しく踊りながらカロリー消費&ストレス発散しましょう。

\* ラララフィット～健康体操～ 11時～11時50分 対象：60歳以上 定員：20名

椅子を使ったトレーニングや音楽に合わせた有酸素運動を行います。

\* 大人のダンス 12時～13時50分 対象：18歳以上 定員：25名

簡単な振付でリズムに合わせて楽しく踊ります。

\* ステップ&チューブ教室 14時～14時50分 対象：18歳以上 定員：20名

ステップ台+チューブトレーニングを交互に行う、サーキットトレーニングです。

\* リズムボクシング 15時～15時50分 対象：18歳以上 定員：25名

音楽に合わせてながら、ボクシングの動作を行う有酸素運動です。



【指定管理者】清水町スポーツ協会・ミスノグループ

〒411-0903 静岡県駿東郡清水町堂庭287-1

# 清水町体育館

<http://web.thn.jp/taikyou.shimizu/>

<https://shisetsu.mizuno.jp/mss-7588>

お申し込み・問い合わせ

TEL.055-971-0160

申込時間：9:00～20:00

【開館時間】8:30～21:30

【休館日】毎月第3日曜日・年末年始  
(12月29日～1月3日)

SHIMIZU PHYSICAL ASSOCIATION

