

南熱海マリンホールスポーツ感謝祭

コロナに負けず、マリンホールで体を動かそう！



日時：令和5年3月11日(土)

受付開始AM8:40 競技開始AM9:00

■競技種目

フットサル大会・太極拳・社交ダンス

柔道教室・極真空手・躰道教室・健身気功

レクリエーションダンス・ウォーキングエアロ

ストレッチヨガ・卓球ラージボール

■ゲーム

フリースロー大会・キックターゲット他

■飲食コーナー

網代おやじの会

キッチンカー（ポコスケ、オオノ笑店）

*参加者は運動のできる服装での参加をお願いします。

*体育館（室内）シューズ、タオル、飲物をご持参下さい。

主催：ReTASProject 共同事業体 問合せ：0557-48-6378

南熱海マリンホール スポーツ感謝祭



スポーツによって身体を動かし、爽快感・達成感・他者との連帯感等、精神的な充足を図り、更には体力の向上・ストレスの発散・生活習慣病の予防など、心身両面にわたる健康の保持増進に努めましょう。

スポーツホール

9:00	オープニング
9:10~12:00	フットサル大会 事前登録
12:30~15:00	ゲームコーナー 参加可 フリースローゲーム キックターゲット ディスクッター
13:00~14:00	健康体操教室 体験可
14:00~15:00	卓球ラージボール 体験可

武道場 体験できます

9:30~10:10	剣道教室 (剣道協会)
10:10~11:10	ウォーキングエアロ教室
11:10~12:10	健身気功教室
13:00~14:00	極真空手 (山口道場)
14:00~15:00	柔道教室 (柔道協会)

ステージ 体験できます

9:10~10:10	太極拳
10:10~11:10	トランポリンエクササイズ
11:10~12:10	ストレッチヨガ
13:00~14:00	レクリエーションダンス
14:00~15:00	社交ダンス

ラウンジ

9:10 ~ 12:00	カラダ・コンディショニング (熱海鍼灸マッサージ師会)
--------------------	--------------------------------

屋外 飲食コーナー

網代おやじの会・・・やきそば
ポコスケ・・・クレープ
オオノ笑店・・・ハシマキ

中ホール

14:00~15:00 トークセッション
「安全にスポーツを楽しもう！」

パネリスト
杉山 誠一 熱海市体育協会 理事長
杉山ちなみ (株)リソフジエ代表取締役
アスレティックトレーナー

- * 体験は無料です。
- * 駐車場には限りがあります。乗り合わせてのご来場か、公共交通機関を利用してご来場下さい。
- * 傷害保険には主催者で加入します。ケガについては主催者が応急処置のみ行います。