

幼稚園・小学生から高齢者・障害者の方まで、気軽にスポーツにチャレンジ！

第19回 栄区民スポーツフェスティバル プログラム <参加無料>

★本郷小学校（体育館）（*印の種目は、屋外のため雨天中止）

場 所	種 目	実 施 時 間	内 容
体 育 館	バレーボール	10:00~11:45	みんなでバレーボールの基本を学び楽しく体験しよう。
	卓球	12:00~13:45	家族、お友達、みんなで楽しく卓球しよう！ いい汗かいてさわやか気分、待ってまーす！
	剣道	12:00~13:45	一般の方に剣道の礼法や基本技・応用技を体験してもらい、伝統・文化としての剣道への理解を深めていただく。
	バスケットボール	12:00~13:45	バスケットボールを楽しみましょう！
	ウォーキング	10:00~11:45	健康測定：体脂肪・握力・上体起こし・座体前屈他

★本郷小学校（校庭）

校 庭	ソフトボール *	10:00~11:45	打つぞ！ 気分はホームラン王！！ ソフトボール打球飛距離に挑戦
	野球	10:00~11:45	スピードガン測定（野球協会）
	少年野球 *		的抜き記録の認定証贈呈、トスベースボールで打撃練習
	グラウンド・ゴルフ *	12:00~13:45	体験会、個人でも仲間でも気軽に体験。初めての方にはレクチャします。

お願い <服装> 運動の出来る服装・室内シューズ<室内会場が必要です>をお持ちください。

<駐車場> 会場には、駐車場はありません。車でのご来場はご遠慮ください。