

西区スポーツセンター エンジョイ！スポーツ祭《体育の日》施設無料開放

10月9日(月・祝) 体育の日
9:00~21:00

9時~21時まで利用できます。
いろいろなスポーツが楽しめます。
お気軽にお越しください。

中体育室では！

☆バドミントン&
ミニテニス☆

9:00~16:45



☆バスケット
ボール☆
17:00~21:00

プールでは！



水泳 &
水中ウォーキング
9:00~21:00

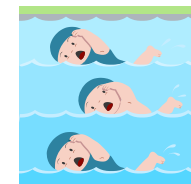
※プール利用には、必ず水泳帽子が必要です。
(水泳帽子は、売店にて販売中)
※幼児用プールはありませんので、プール利用は小学生以上
になります。ご注意ください。

☆泳力測定会&ワンポイント指導☆

14:00~16:00

各泳法や個人メドレーのタイムを測定します。
希望者にはワンポイント指導を実施！

〔小学生以上で、1人10分程度目安で受付〕



会議室では！

☆卓球マシンに挑戦！☆

〔小学生以上〕

① 9:30~12:30
② 13:30~15:30

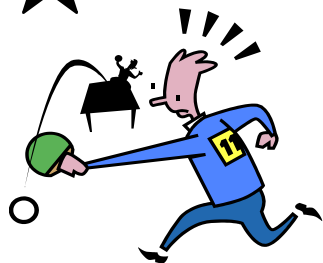


普段は、なかなかできない
卓球マシンとの対決！
あなたは、卓球マシンから
繰り出されるスピードボール
を打ち返すことができる
でしょうか？
ぜひ、チャレンジしてみてください！！

小体育室では！

☆卓球☆

9:00~
21:00



1階ロビーでは！

☆体脂肪測定会☆

① 9:00~12:30
② 13:30~16:00

体脂肪率、筋肉率等を測定します
〔中学生以上〕



運動広場では！

☆ゴルフ&GOLF☆

① 9:30~12:30 ★雨天中止★
② 13:30~16:00

スナッグゴルフと
グラウンドゴルフを
体験できます。
気軽にご参加ください。

