佐土原体育館

第9回

ファミリースポーツ大会

2019年5月6日（月祝）9：00～12：00

おじいちゃんおばあちゃんもお孫さんと一緒に、いろいろな種目や遊びに参加してみませんか？

赤ちゃんいないい競争

定　員:各コース 先着25組　　**参加費:**1組500円

Aコース　8・9・10カ月	Bコース　11・12カ月
10:00スタート （受付9:00～9:30）	11:00スタート （受付10:00～10:30）

＜MC:早川伸吾＞
※希望者は「親子ふれあい体操」に
無料参加できます♪

表彰式もあります♪

親子ふれあい体操（ベビー・キッズマッサージ）

対　象:小学生以下の親子（ペア）　　**定　員:**各回 先着15組
講　師:岩切 幸子　　**参加費:**1組500円
持参品:バスタオル

1回目　10:00～10:40　　2回目　11:00～11:40

おじいちゃん、おばあちゃんとのペアもOK！

「スポーツチャレンジ」コーナー

時　間:9:00～12:00　　**参加費:**1人500円

卓球バレー（佐土原身体障害者福祉協会）
卓球・バドミントン・フライングディスク・カローリング
輪投げ・縄跳び・インディアカほか（宮崎市スポーツ推進委員）
健康体操ストレッチ・体幹トレーニング体験（うづらaiクラブ）

親子でさまざまな種目を自由に楽しむことができます！

「子育て真っ最中のママ向け」美構造®身体の使い方講座

家事や育児で疲れにくい身体を作ろう！
時間がなくても大丈夫。身体の使い方を工夫するだけ！

講　師:下村 由香(美構造®開脚システム認定インストラクター)
対　象:子育てに関わる方誰でも
定　員:各回 8組
参加費:1組500円

1回目　9:30～10:00
2回目　10:30～11:00

一瞬で変わる!! 美構造体験

サルコーウォーキング

宮崎県スマートフォンアプリのサルコー（SALKO）を使用してウォーキングを行います。

定　員:なし　　**時　間:**10時開始予定
参加費:無料　　**持参品:**タオル、飲み物

どなたでも参加可能です！！

SALKO

お楽しみ抽選会

体育館正面玄関前、駐車場抽選ブースにて開催します！

豪華景品が当たるかも！？

◆各イベントについては、TEL・FAX・E-mailのいずれかにて、下記の宛先までお申込みください。

申込み締め切り
5月5日（日）

宮崎市佐土原体育館（指定管理者:一般財団法人 みやざき公園協会）
〒880-0211 宮崎市佐土原町下田島20688-74　TEL 0985-73-7223　FAX 0985-75-0155
E-mail sad-sports@mppf.or.jp　HP http://mppf.or.jp/sadowara/

主催/一般財団法人 みやざき公園協会　**共催/**MIYAZAKIうづらaiクラブ　**協賛/**森永乳業株式会社、(有)高木養鰻場、地鶏のお店「啓彩」、IRplanning、石川ファーム、お菓子のよしだ家
協力/宮崎市スポーツ推進委員、佐土原町身体障害者福祉協会、日本赤十字社 佐土原奉仕団、Tumugi.縁

◆佐土原体育館「第9回ファミリースポーツ大会」FAX申し込み用紙

[FAXの方は、下の用紙にご記入のうえ佐土原体育館までお申込みください。]

●個人情報は他の用途には使用いたしません。

宮崎市佐土原体育館
FAX:0985-75-0155

■赤ちゃんハイハイ競争（1組500円）

参加コースに○をつけてください。	Aコース（8･9･10ヶ月）	・	Bコース（11･12ヶ月）
ふりがな 保護者 氏名		連絡先（TEL）	
住　所			
ふりがな お子様の お名前	性別 男 ・ 女	生年月日	

■親子ふれあい体操（1組500円）※赤ちゃんハイハイ競争にお申込みの方は参加費無料

いずれかに○をつけてください。	1回目（10:00～10:40）	・	2回目（11:00～11:40）
ふりがな 保護者 氏名		連絡先（TEL）	
住　所			
ふりがな お子様の お名前	性別 男 ・ 女	生年月日	

■スポーツチャレンジコーナー（1人500円）

お名前（ふりがな）	年齢	連絡先（TEL）	住所

■「子育て真っ最中のママ向け」美構造®身体の使い方講座（1組500円）

いずれかに○をつけてください。	1回目（9:30～10:00）	・	2回目（10:30～11:00）
ふりがな 保護者/代表者 氏名		年齢	連絡先（TEL）
住　所			
ふりがな お子様/参加者 氏名		年齢	連絡先（TEL）
住　所			