



佐土原体育館

第8回

ファミリースポーツ大会

2018年9月23日(日) 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?

赤ちゃんハイハイ競争

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
10:00スタート
(受付9:00~9:30)

Bコース 11・12カ月
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(クラブ指導者)



親子でさまざまな
種目を自由楽しむ
ことができます!

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!!

「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

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
9月22日(土)

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、佐土原があちゃん食堂、(有)高木養鱈場、こみかふえ、地鶏のお店「啓彩」
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. 緑

◆佐土原体育館「第8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			