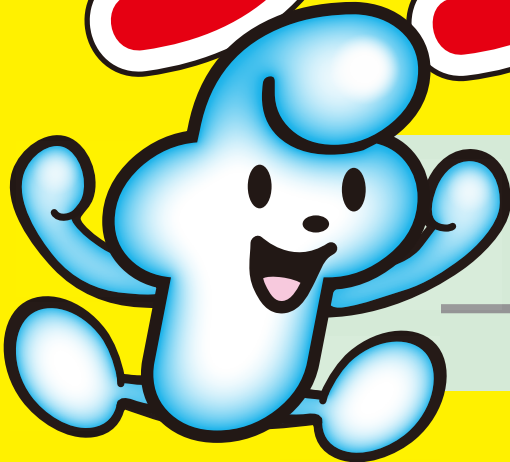


NPO法人 ふちゅうスポーツクラブ 20周年記念

フラット祭



婦中ふれあい館・婦中体育館
10:00~15:00

2025
1/19
(日)

入場無料

●ふれあいホール
(10:00~11:30)

競歩競技でオリンピック3大会出場の



山崎勇喜選手

トークショー&
ヘルスウォーキング体験会

●ふれあいホール (13:00~14:00)

ダンス発表会



「ダンスの力で婦中をもっと元気に！」
を合言葉に日頃の成果を発表します。

からだであそぼっ教室発表会



「マット運動、縄跳び、とび箱、」
この1年の成果を発表します。

身体にいいこと始めませんか！

スポーツ体験会

スラックライン



トランポリン



モルック

ローイングマシーン



バランスボール

健康チェックもやってます。

骨密度測定、握力など

その他 NEW スポーツいろいろ！からだを使って遊ぼう！！

体験される方は、内履きをご持参ください。

特設コーナー 自分の椅子をつくろう！

※材料費がかかります。

主催 NPO法人ふちゅうスポーツクラブ

大人から子どもまで
どなたでも参加できます。
ご家族そろってお越しください。

内履きをご持参ください。

スポーツ体験会 & 健康チェック

スラックライン (綱渡り) 13:00~15:00

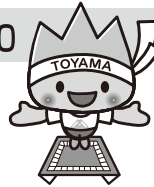
体幹トレーニングにも最適なスポーツです。

有名スポーツ選手も体幹トレーニングに使っているスポーツです。



トランポリンを体験 13:00~15:00

トランポリンで楽しくバランス感覚を身につけよう。



スポーツ屋台村 体験 13:00~14:45

小学生対象の楽しいスポーツ教室の体験会です。ぜひ体験にお越しください。
1~3年生 13:00~13:45 / 4~6年生 14:00~14:45

スリッパ飛ばし大会 12:30~15:00

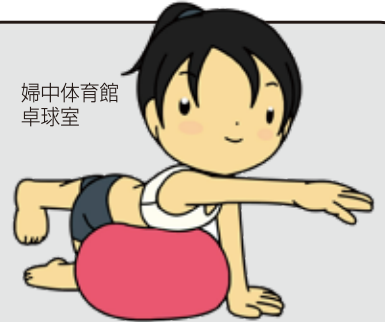
部門：園児の部 (男女)・小学生の部 (男女)・大人の部 (男女)
第1回 12:30~12:45 / 第2回 13:45~14:00 / 第3回 14:45~15:00
各部門優勝者に賞品贈呈!!

ローイングマシーン(ボート漕ぎ)に挑戦 13:00~15:00

実際のボート競技の練習に使用されているローイングマシーンを使って、スクリーンに映し出される自分のボートをマシーンを漕いで進めるゲームです。チカラ試しに是非どうぞ!



婦中体育館
卓球室



バランスボール 体験会 限定20名様 10:45~12:00

事前予約は必要ありませんが、早めにお越しください。
定員になり次第締め切ります。

同時開催 11:40~

校区対抗ボート漕ぎレース大会

7つの校区体育協会が、5人一組でレースを行います。ぜひ応援に来てください。

健康チェック 11:30~14:00 人生100歳時代! あなたの体力は大丈夫?

骨密度測定、握力など、トレーニング室を開放し、トレーニング方法の指導も行います。

併せて効果的なウォーキングやノルディックウォーキングも体験できます。

美味しいグルメもやって来る!!



カレー



ベビーカステラ



ワッフルサンド

特設コーナー

自分の椅子をつくらう!

12:30~15:00

限定10組



事前予約は必要ありませんが、早めにお越しください。
定員になり次第締め切ります。
材料費 2000円が必要です。