

# タイムスケジュール

## ・体験ブース (随時参加可能)

| 午前                 |                             |                 | 午後 |                             |                 |
|--------------------|-----------------------------|-----------------|----|-----------------------------|-----------------|
| 会場                 | 種目                          | 時間              | 会場 | 種目                          | 時間              |
| ①                  | アイスホッケー<br>スティックを使ってシュート体験! | 10:00~<br>12:00 | ①  | ダブルダッチ<br>2本の縄を同時に跳ぼう!      | 12:30~<br>15:00 |
| ②                  | 卓球<br>卓球マシンにも挑戦できるよ!        | 10:30~<br>12:30 | ②  | 玉入れチャレンジ<br>本日の最速タイムを目指そう!  | 13:00~<br>15:00 |
| ③                  | ミニバレー<br>柔らかいボールで初心者も安心!    | 10:00~<br>12:00 | ③  | バドミントン<br>地域の指導者が教えてくれるよ!   | 12:30~<br>15:00 |
| ④                  | 野球<br>思い切りバットを振ってみよう!       |                 | ④  | ラグビー<br>日本中が感動したラグビーを体験     |                 |
| ＜＜幼児向け・保護者向けコーナー＞＞ |                             |                 | ⑤  | 剣道<br>礼儀作法や、面うちを体験!         | 13:00~<br>15:00 |
| ⑦                  | 幼児コーナー                      | 10:00~<br>12:30 | ⑥  | サッカー<br>シュートやドリブルをやってみよう!   |                 |
| ロビー                | 血管年齢測定・<br>がん検診啓発コーナー       | 10:00~<br>13:00 | ⑦  | スポーツチャンバラ<br>世界大会出場選手に挑戦しよう | 13:00~<br>15:00 |
|                    |                             |                 | ⑧  | 幼児体操<br>対象：幼稚園年中、年長         | 12:30~<br>15:00 |

## ・運動教室 (当日10時から各ブースにて受付・先着順)

| 会場  | 種目                  | 時間                            | 定員   | 内容   |
|-----|---------------------|-------------------------------|------|--|
| ⑤・⑥ | 走り方教室               | ①10:30~<br>②11:15~<br>③12:00~ | 各20名 | プロトレーナーが、かけっこが速くなるコツを教えます。運動会に向けて、今から始めよう!<br>(対象：小学生)               |
| ⑧   | スポーツリズム<br>トレーニング体験 | ①10:30~<br>②11:05~<br>③11:40~ | 各20名 | 音楽に合わせてリズムカルにトレーニングをしよう!<br>幼児から大人まで一緒に体験できます。<br>(推奨年齢：幼稚園年長から大人まで) |
| ⑨   | 競歩体験                | ①10:30~<br>②11:05~<br>③11:40~ | 各20名 | 札幌市で開催されることになったオリンピックの種目「競歩」を体験しよう!<br>(対象：小学生から大人まで)                |
| ⑩   | トレーニング室体験           | 11:00~<br>11:45               | 10名  | 初めてトレーニング室をご利用される方を対象に、器具の使用方法やトレーニングの進め方などを指導員が説明します(対象：高校生以上)      |

※上記⑩の時間を除き、イベント中トレーニング室の利用はできません。

# 会場マップ

