

体育館デー

みんなで楽しく健康づくり!!

2月 17日(日)

岐阜市民総合体育館

九重町4丁目24 ☎ 245-0351

時間内
無料

●体験コーナー

- ・カローリング、ふらばーるバレー(競技場 9:00~12:00、13:00~15:00)
- ・トレーニング30分体験(剣道場 ①10:00~②11:00~③13:00~④14:00~)
- ・ビームライフル体験(会議室 9:00~12:00、13:15:00)
- ・弓道体験(弓道場 10:00~12:00、13:00~15:00 小学生以下保護者同伴)
- ・合気道体験(柔道場 13:00~15:00)
- ・体力測定コーナー(格技場 9:00~15:00)

●障がい者スポーツコーナー

- ・卓球交流会(卓球場 9:00~12:00)
- ・サウンドテーブルテニス(SST室9:00~12:00)

●卓球の開放(競技場 9:00~16:00)

●トレーニング室開放(9:00~16:00)



南部スポーツセンター

南鶴5丁目86 ☎ 274-4949

●ソフティーバレーボール交流ゲーム(競技場 9:30~12:00)

●ソフトバレーボール交流ゲーム(競技場 13:00~16:00)

●エアロビクス体験会(柔道場・剣道場 10:00~12:00)

●卓球の開放(剣道場 12:00~16:00)

●トレーニング室開放(9:00~16:00)

●屋外テニスコート開放(9:00~16:00)

・硬式テニスのみ可能、1コート1時間まで

・雨天、コンディション不良時は中止。



・時間外は通常の一般貸付となります。

・運動のできる服装、上履きなどを持参してください。

・トレーニング室の利用は16歳以上の方が対象になります。

主催:岐阜市教育委員会、ぎふ南スポーツコミュニティ

<お問合せ先>各体育館へお願いします