

予約制 スタジオレッスン 定員: 各 15 名 ※予約開始: 6/27 9:00~

10:00~10:50 ● **フレイルを予防しよう!**...シニア向け
↳ 加齢に伴い心身の活力が低下する状態の予防方法を学びます

11:00~11:50 ● **エアロ&ボールエクササイズ**...一般向け
↳ ボールを使ってのバランス・体幹トレーニングとリズムエクササイズです

14:00~14:50 ● **はじめての K-POP カバーダンス**...未就学~小学生
↳ K-POP グループの人気曲を踊ってみよう♪

予約開始
6/27
9:00~

予約制 **ズンバ体験会**

10:00~10:50 定員: 50 名

対象: 子ども~一般 会場: サブアリーナ

↳ ラテン音楽を中心としたダンスエクササイズ
楽しく踊りましょう♪ 親子参加も OK!

● **クロスミントン体験**

テニスとバドミントンを合わせたような今注目のスポーツで、ネットをへだてずにハネを打ち合うスポーツを体験できます☆

● **スラックライン体験**

ベルトの上を渡り、バランス感覚・集中力を鍛えられる今人気のスポーツを体験できます

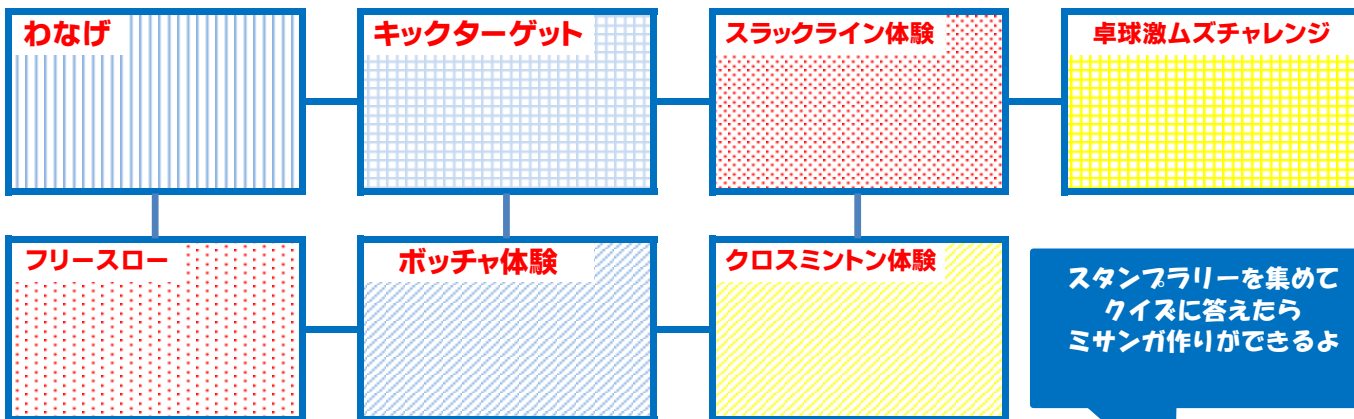
● **ボッチャ体験**

ヨーロッパ生まれのパラリンピック正式種目を体験してみよう! 誰でも楽しめます♪

有料 **グローブ革ミサンガ作り**
1 個 ¥500 (税込)

↳ 野球のグローブに使われる革を使用して世界にひとつだけのミサンガを作ろう
※留め具固定に工具を使用しますのでお子様の作成時はできるだけ保護者同伴でご参加ください

★ ★ ★ **スタンプラリー & クイズ** ★ ★ ★



おやまりつたいいくかん こた **小山市立体育館クイズに答えてみよう!** たいいくかん 体育館のどこかにヒントがあるかも...?

Q1 かい かんらんせき 2階 観覧席のイスはいくつあるでしょう? A1 _____ せき 席

Q2 たいいくかん ねん なんがつ この体育館は2021年の何月にオープンしたでしょう? A2 _____ がつ 月

Q3 ことし かいさい いちえ こくたい たいいくかん なん きょうぎかいじょう 今年開催の「いちご一会とちぎ国体」でこの体育館では何の競技会場でしょう? A3 _____

