



# スポーツの日スターティーン



# みこぶエス

入場  
無料

2019年11月2日(土)

10:00~15:30 (受付9:00~)

全コーナーに  
参加できて  
抽選もできるよ

会場

安芸高田市吉田運動公園

いるもの



うねばき(シューズ)

参加費

1人200円 (保険料含む)

開会行事(クラブ20周年記念式典) 10:00~  
・書道パフォーマンス(吉田高校)

スポーツスタンプラリー 10:30~  
・ラージ卓球・ミニテニス・バドミントン・ユニカール  
・サッカー・バスケット・テニス

3ポイントで1回抽選

「ヨガ」

- ① 10:30~筋膜リリース
- ② 11:15~ヨガ・ピラティス
- ③ 12:00~ストレッチポール

カラダモココロモリフレッシュ

体幹や足が速くなるトレーニングをやるよ

勝ちグセ。アスリート育成塾「小学生トレーニング」

- ① 13:30~(小1~3年生) ② 14:30~(小4~6年生)

サンフレッチェ広島「親子ボールあそび」

- ① 13:30~(幼児と大人)
- ② 14:30~(小1・2年と大人)

ボールを使ったのしくカラダを動かそう

※10月27日(日)までにお申し込みください

ミス「ノルディックウォーキング」 13:00~

道具は貸し出します

「ボルダリング」

- ① 13:00~ ② 13:20~ ③ 13:40~
- ④ 14:00~ ⑤ 14:20~ ⑥ 14:40~ ⑦ 15:00~

東京オリンピック種目にチャレンジ

「椅子に座ったまま健康体操」

- ① 13:30~有酸素ストレッチ
- ② 14:10~脳トレボール体操

無理なく!楽しく!健康に!

「バスケット」「硬式テニス」13:00~

フリで体験できる

ワークショップ  
「ハーバリウム」

- ① 10:30~ ② 11:30~
- ③ 13:30~ ④ 14:30~



タピオカ  
ドリンクも  
あるよ

バザーコーナー



うどん  
ハシロポテト  
ナンドック  
ミミズイキ  
肉まん  
やきそば

スペシャル  
ゲスト

森崎ツインズとの撮影会  
「サイン色紙が当たるかも!」



浩司 AB 11:00~



和幸 CRM 12:30~

グラウンドゴルフ交流大会  
前半 9:00~後半 10:30~



「サンフレッチェアカデミーカップ」13:00~

主催:みつやの里スポーツクラブ・後援:安芸高田市教育委員会/(公財)安芸高田市地域振興事業団

お問い合わせ・お申込み先

みつやの里スポーツクラブ事務局

〒731-0542 安芸高田市吉田町相合 555-1 安芸高田市吉田運動公園内  
TEL 0826-42-2808 Email yo-undou@heart.ocn.ne.jp