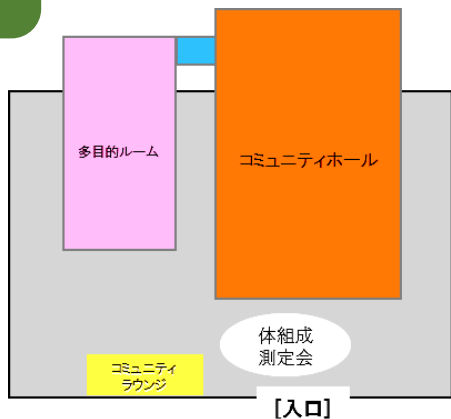


■「日野市市民の森ふれあいホールスポーツイベント2018」ご案内 ■

1F



●コミュニティホール

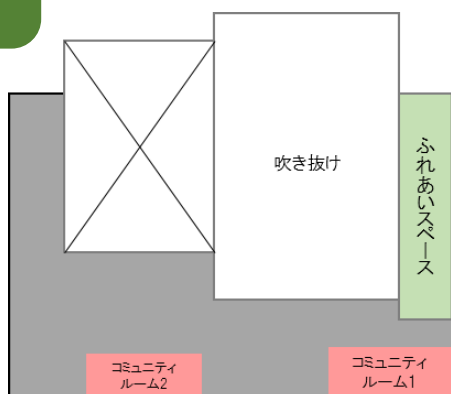
- ・10:00～11:00 親子走り方教室+講話(有料) 定員:70組
- ・11:00～11:30 オリンピアン講話:(無料) 定員:70名
- ・13:00～14:00 走り方教室+講話(有料) 定員:70名
- ・14:00～14:30 オリンピアン講話:(無料) 定員:70名

- ・9:30～11:15 バスケット体験(無料)
- ・11:45～12:15 脳トレ体操30(無料) 定員:100名
- ・12:30～13:00 脳トレ体操30(無料) 定員:100名
- ・13:15～13:45 肩こり腰痛解消体操30(無料) 定員:100名
- ・14:45～15:15 肩こり腰痛解消体操30(無料) 定員:100名

●多目的ルーム

- ・13:00～15:00 サウンドテーブルテニス体験会(無料)
※音の鳴る球を使用した卓球

2F



●ふれあいスペース

- ハンドロウル体験会(無料)**
床でもカーリングが出来る新しいスポーツ
①10:00～11:00 ②11:30～13:45
③14:30～15:30

●コミュニティルーム1

- 健康大学(無料)**
・10:30～11:00 健康と食事
・11:45～12:15 食育セミナー

※各イベントに参加するには施設利用料金がかかります。大人(高校生以上)200円 小人(中学生以下)100円 シニア(65歳以上)100円
※表示価格は税込価格となります。

屋外

飲食販売:軽食・飲み物

	1F				2F		屋外
	ホールA	ホールB	多目的	通路	ホール2F	コミュニティ1	
9:00							
10:00	①10:00～11:00 親子かけっこ教室 定員:70組 (小学校低学年)※お子様のみも可 ・写真撮影、サイン配布	9:30～11:15 バスケット体験(無料) 東京八王子トレインズ		10:00～15:00 体組成測定会(無料)	10:00～11:00 ハンドロウル(無料)	10:30～11:00 健康大学(無料) ～健康と食事～	10:00～15:00 飲食販売
11:00							
12:00	③13:00～14:00 走り方教室 定員:70名 (小学校高学年) ・写真撮影、サイン配布	11:45～12:15 脳トレ体操30(無料)					
13:00		12:30～13:00 脳トレ体操30(無料)			11:30～13:45 ハンドロウル(無料)	11:45～12:15 健康大学(無料) ～食育セミナー～	
14:00	④14:00～14:30 講話「オリンピック体験談及び 遅い子どもに育つには」	13:15～13:45 肩こり腰痛改善体操30(無料)	13:00～15:00 ～障がい者スポーツ を知ろう!～ サウンドテーブル テニス体験会 (卓球)				
15:00		14:45～15:15 肩こり腰痛改善体操30(無料)			14:30～15:30 ハンドロウル (無料)		