

おかやファミリー  
スポーツプログラム  
第1弾

親

子

de

# 運動あそび

～自分の体力を知ろう!!～

成長した子どもの姿を見ながら、お父さん・お母さんのスゴイ所もアピールしてみませんか？  
難しい運動はいっさいありません。運動能力の向上・開発を目的として、  
親子で一緒に体を動かす楽しさを知ってもらう内容をご用意しております。

日程 **5月19日** 9時30分～ 受付開始  
10時00分～  
(2時間程度)

【会場】 岡谷市民総合体育館 東体育館

【対象】 年長から小学生3学年とその保護者

【定員】 親子50組 (申込先着順)

【参加料】 親子2人1組 500円 当日徴収  
(子供の追加は200円/人)

【持ち物】 上履き(運動靴)、運動のできる服装

【内容】 ☆ジグザグルー ☆綱引き ☆マット遊び など

【参加賞】 ☆500mlペットボトルプレゼント

【その他】 ・疾病がある場合は、あらかじめ受付の際にお申し出下さい。

・ケガ等につきましたは、応急処置のみとなります。



主催: 岡谷市教育委員会



申し込み: 4月25日(木)より5月14日(火)までにお申し込み下さ

申込先: やまびこクラブ 総合型地域スポーツクラブ

申込方法: 下記連絡先までお電話ください

TEL 24-5210 内線202 (担当: 林・金澤)

申込時間帯: 火・木曜12:00～21:00 水・金曜10:00～21:00  
土曜9:00～19:00 日曜・祝日9:00～17:00