

WELLNESS ウェルネスフェスティバル 2019 FESTIVAL 2019

日頃の感謝を込めて、
大人も子どもも楽しめる
ウェルネスフェスティバルを
開催します！
みなさんで、村上体育館にあそびに
来てください！

2019年3月17日(日) 【会場】村上体育館・クリエート村上
【時間】9:00 ~ 15:00

※内履きをお持ちください。

9:00~ オープニング
「むらかみ体操」
「今日もニコニコちょこっとサンバ」

おたのしみゲーム

チャレンジランキング ヤッテQ!

申込み不要!

全6種目のゲームに挑戦してランキングを争う!
優勝者には賞品があるよ!!

- 参加費/100円
- 時間/9:30~11:00
- 会場/村上体育館アリーナ



Girl's Hip Hop体験会

5月から毎週木曜日にGirl's Hip Hop教室を始めます。
女の子がかわいくカッコよく踊るためのジャンルで、
K-popの音楽や振付も取り入れ、楽しく踊ります。

申込み不要!

- 参加費/無料
- 対象/小学生女子
- 時間/11:00~12:00
- 会場/クリエート村上



トレーニングマシン講習会

講習会を受講すると、村上体育館内の
トレーニングマシンが利用できます

申込み不要!

- 講習料/1,000円
- 時間/①10:00~ ②11:00~ ③12:00~
④13:00~ ⑤14:00~
- 会場/村上体育館2階ロビー

※お好きな時間を選んで受講してください



スポーツ少年団体験会

申込み不要!

興味のある競技を体験してみよう!
4月からの入団に間に合うぞ!!

【体験できる単位団体】

- ・剣道 ・空手 ・少林寺拳法 ・ミニバスケットボール
- ・バレーボール ・野球 ・サッカー ・ソフトテニス
- ・中学硬式野球 ・柔道

- 参加費/無料
- 時間/11:00~12:30
- 会場/村上体育館アリーナ



チャリティー あちこち測定会

下肢筋力 血管年齢

申込み不要!

脳年齢 InBody測定 など

自分のあちこち知ってみませんか!!

- 寄付金/1種目100円以上
- 受付時間/9:30~14:30
- 会場/村上体育館1階クラブルーム

ボッチャ ミニ大会

誰でも、簡単に、楽しく、パラリンピック競技を体験。
カーリングのようなルールです。

優勝賞品あり!

- 参加費/1人100円 (1チーム 3~6名)
- 時間/13:00~15:00
- 締切/3月8日(金)
- 会場/クリエート村上

事前申込み必要