



◆元気じゃけんひろしま21応援事業◆

# 第3回瀬野川公園

# いきいき健康フェスティバル

無料



9

月

22

日

木

秋分の日

曜日

## ■パークスポーツ体験会

三世代家族、親子と一緒に楽しめる北欧生まれのゲームを体験してみてください。初めての方もすぐにゲームを楽しむことができます。

- クッブ
- ナンバークッブ
- ボールクッブ

- 会場 ファミリー広場
- 時間 13:00～15:00



## ■健康づくり“けん玉”教室

けん玉名人(砂原宏幸先生)と一緒にいろいろな技に挑戦してください。希望者は終了後、けん玉道の級認定会にチャレンジできます。



- 会場 屋内運動場玄関前
- 時間 13:00～15:00
- ※けん玉は当日貸し出します。



要申込み

## ■ノルディック・ウォークで自然散策

瀬野川公園の周りの豊かな自然の中をウォーキング専用ポールを使って散策します。初心者の方も大歓迎！公認指導員が指導します。



- 集合場所 管理センター前
- 集合時間 9:00
- 9:30スタート～12:00ゴール
- ※ポールは貸し出します。

要申込み

## ■公園遊び“手作り紙ヒコーキ”

新聞広告のチラシなどを使って紙ヒコーキを作ります。広々とした公園で思いきり走り回ってください。小学校低学年以下の人は保護者の方と一緒に参加してください。



- 会場 管理センター前
- 時間 10:00～12:00



## ■健康チェックコーナー

体組成や骨密度を測定することができます。測定した結果について専門のスタッフがアドバイスをします。当日いつでも気軽にお越しください。

- 会場 屋内運動場
- 時間 12:00～15:00



【お問合せ及び申込先】

瀬野川公園管理センター 広島市安芸区上瀬野町 TEL&FAX 082-894-3210

主催) 瀬野川公園指定管理者(株)第一ビルサービス 後援) 広島市安芸区役所  
協力) 広島県ノルディック・ウォーク連盟・広島県クッブ協会



雨天中止

### 第3回瀬野川公園いきいき健康フェスティバル＝参加申込書＝

※パークスポーツ体験会、紙ヒコーキ教室、健康チェックコーナーは当日受付を行います。

お 名 前	性別	年齢
	男 女	才
連絡先(雨天中止等の連絡のために必要です。		
〒  ☎		
参加されるプログラムを○で囲んでください。		
1 ノルディック・ウォークで自然散策      2 健康づくり“けん玉”教室 (ポールレンタル希望    有    無 )		
お 名 前	性別	年齢
	男 女	才
連絡先(雨天中止等の連絡のために必要です。		
〒  ☎		
参加されるプログラムを○で囲んでください。		
1 ノルディック・ウォークで自然散策      2 健康づくり“けん玉”教室 (ポールレンタル希望    有    無 )		
お 名 前	性別	年齢
	男 女	才
連絡先(雨天中止等の連絡のために必要です。		
〒  ☎		
参加されるプログラムを○で囲んでください。		
1 ノルディック・ウォークで自然散策      2 健康づくり“けん玉”教室 (ポールレンタル希望    有    無 )		

申込〆切 9月17日(土) FAX送信先 082-894-3210