

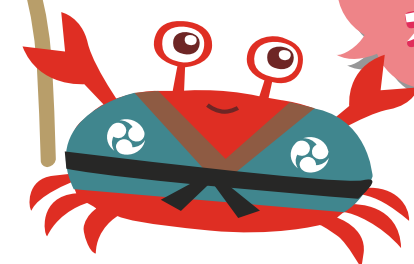
令和6年度  
今年さらにはパワーアップ!!  
三国町民  
スポーツ祭  
10/6 日



入場無料!!

予約  
不要

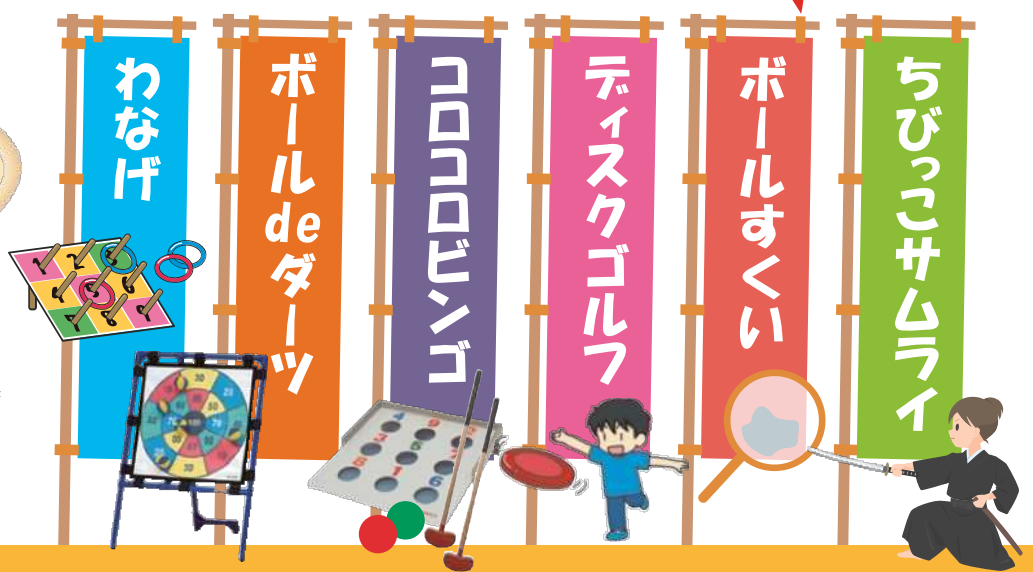
会場 / 三国体育館  
時間 / 9:00 ~ 12:00  
(11:30 最終受付)  
持ち物 / 内ズック



ゲーム感覚でスポーツを楽しもう!  
今年も景品を多数ご用意!  
お楽しみが盛りだくさんな  
お祭りです★



※写真はイメージです



スポーツ屋台村にご参加の方  
このチラシ  
ご持参で  
ミニくじ引きに  
参加できます!  
※おひとり様 1 回限り。無くなり次第終了。

同日、毎年大好評なイベントの  
「癒しのひととき」も開催します!  
チラシ裏面をご覧ください!!

お問い合わせ ▶ 三国体育館 TEL.82-4686  
主催 / 坂井市・三国町体育協会 後援 / (公財) 坂井市スポーツ協会

参加費無料



# 癒しの ひととき

癒しのひととき参加者にはもれなく♪

- ・ミルグラン(三国)の焼き菓子
- ・POSSE COFFEE(三国)のドリップコーヒー



ゆったりな音楽で動く「ストレッチフロー」と  
心身のバランスを整える「ピラティス」の  
2部構成イベントです。ぜひご参加ください!

## 10.6 日



要予約

参加賞  
プレゼント

初めての方  
大歓迎!

開催場所

三国体育館 第1競技場

参加対象

小学生以上で三国町在住、勤務する方

持ち物

飲み物、タオル、内履き、ヨガマット  
※ヨガマットは敷物でもOK!貸出も可。

### 当日スケジュール

8:30～ 受付  
9:00～9:40 ストレッチフロー  
9:50～10:30 ピラティス

心身ともにリラックス♪

#### 🌿 ストレッチフロー

有酸素・ストレッチなどの  
良いところを取り入れながら、  
ゆったりとした音楽に合わせて、  
流動的に動きます。  
気持ちよく、健康で  
美しいカラダに♪  
講師：江端悠乃先生



#### 🌿 ピラティス

骨格を整え代謝を上げ、痩せ  
やすい身体に。冷えやむくみの  
解消、自律神経の調整効果も  
期待できます。  
楽しく免疫力を  
高めましょう!  
講師：にしたゆうこ先生



お申込み、お問い合わせは下記までお電話ください。

三国体育館 / TEL.82-4686 申し込み締切 / 9月20日(金)