

スポーツde健康大作戦プログラム一覧



プログラム名	場所	運営団体	事前申込	定員	対象	内容
体力測定会	サブアリーナ	スポーツ推進委員 連絡協議会	要	30人	20歳以上	文科省が導入している新体力テストを実施します。 継続して参加することで測定結果の比較もでき、健康状態を チェックできます。健康や体力に自信のある方もない方も是非ご 参加ください。「体力測定手帳」をお持ちの場合は持参してくだ さい。
柔道をやってみよう！	第1武道場	市柔道協会	要	20人	小学生以上 親子・高齢者歓迎	柔道の基本である礼の精神や作法、受け身などを楽しく学びなが ら体験してみませんか。
親子空手	第2武道場	市空手道連盟	要	15組 (30人)	年長以上の子どもと 保護者	空手の基本から型、演武等を親子で楽しく体験できます。
レッツ！サーキット！	メインアリーナ 多目的運動場	市スポーツ少年団	不要	150人	小学生以上	野球、ハンドボール、バレーボールなど様々な種目を同時に体験 できます。 得意な種目を見つけてみよう！ お一人でも、ご家族でもお気軽にご参加ください。
ごはんクイズコーナー	体育館ロビー	健康増進課	不要	なし	誰でも	「元気のひみつ」をみんなは知っていますか？ しっかり食べて元気なからだを作ろう！ クイズに答えて賞品をゲット！
スナッグゴルフを体験しよう！	多目的運動場	ゴルフパートナー 四街道練習場店	不要	50人	小学生から中学生 (親子参加も歓迎)	安全に楽しく出来る新しいゴルフを体験しましょう！ 運動が苦手でも、プラスチック製の軽いゴルフクラブと柔らかい ボールで楽しめます。親子でもお気軽にご参加ください。
施設無料開放 ※利用時間最長120分	メインアリーナ、サブアリーナ、第1・2武道場、 弓道場、トレーニングルーム ※トレーニングルーム、弓道場は午前中から開放 ※トレーニングルーム以外の屋内施設の利用は 19時まで		不要	先着順	小学生以上 ※トレーニングルーム のみ高校生以上	午後から総合公園体育館を無料開放します。申し込みは各施設と も当日先着順です。 トレーニングルームを初めて利用する方は登録が必要です。 詳細は、四街道総合公園(043-433-1111)へお問い合わせくださ い。