

# 雀宮

## スポーツフェスティバル


### 施設無料開放Day

いい汗  
愉快だ  
宇都宮  
UTSUNOMIYA

(いちご一会とちぎ国体応援)

5月29日(日) 9:30から受付開始

(トレーニング室は9:00から)

場 所	種 目	内 容 等	時 間
 競技場	●バドミントン(4面)	各コート60分単位無料貸出 (貸しラケットあり) 細いベルト状の上でバランスを楽しもう! 順番にモルックを投げて、スキットルを倒して 得点を競うゲーム!	10:00~16:00
	●卓球(8台)		
	●スラックライン		
	●モルック		
多目的室	●チェアバリエ エクササイズ (予約24名)	バリエの音楽とともに動き、楽しく安全 に椅子に座ったまま行える運動!	10:00~11:00
	●筋膜リリース (予約24名)	体のよじれやねじれを解消する やさしいストレッチ体操!	13:00~14:00
運動広場	●グラウンドゴルフ	1組4人迄で集まり次第スタートし5ホール を回りスコアを記録する!	10:00~16:00
トレーニング室	●トレーニング (人数及び時間制限あり)	高校生以上!(90分入替制)	9:00~17:00
庭球場	●テニスコート(2面)	各コート60分単位無料貸出 (貸しラケットあり)	10:00~16:00

- 【申込方法】
- ・当日、雀宮体育館に来館し、総合受付で受付を済ませた後、各コーナーごとにお申し込みください。
  - ・参加型体験教室(チェアバリエエクササイズ・筋膜リリース)各24名・バドミントン3面・卓球台6台・テニスコート2面及びトレーニング室7名については、5月15日(日)9時から雀宮体育館にて電話予約を開始します(当日の電話予約は不可)ただし、グラウンドゴルフ、バドミントン1面、卓球台2台、トレーニング室3名は、当日受付とします。

- 【持ち物】
- ・運動に適した服装、シューズ(室内用)をご準備ください。
  - ・筋膜リリース参加者はストレッチマット又は大判タオルを準備してください。

【その他】 無料開放に参加される方は、**マスクの持参**と事前の**検温**をお願いします。

【お問い合わせ】 雀宮体育館 TEL028-655-0058