

CHALLENGEDAY

Let's Try
15min

チャレンジデー 日にち 5月31日(水) 場所 三刀屋文化体育館 アスパル

みとやスポーツクラブ

無料体験会

10:00~10:30



ゆるらくエアロビ

13:00~15:00



スポーツ吹矢

10:00~18:00



卓球台無料開放

チャレンジデーとは、毎年5月の最終水曜日に、人口規模がほぼ同じ市町村間で、午前0時から午後9時までの間に15分間以上継続して何らかの運動を行った住民の参加率(%)を競い合う、いわば“まちなかの威信と名誉”をかけた住民総参加型のスポーツイベントです。そこで、アスパルでは、みとやスポーツクラブの**無料体験会**を行います。みとやスポーツクラブ会員の皆様はもちろん、チャレンジデーに参加したい方、みとやスポーツクラブに興味のある方などどなたでも自由に参加することができます。申込みは要りません。※保険には加入しておりません。



200万人のスポーツイベント

チャレンジデー2017



対戦表



長野県	
東御市 とうみし	
実施回数	4回目
人口	30,558人

VS

島根県	
雲南市 うんなんし	
実施回数	12回目
人口	39,934人

無料

10:00~10:30

ゆるらくエアロビ

日にち:平成29年5月31日(水)
会場:アスパル小ホール
対象:高校生以上
申込:不要
参加費:無料
持ち物:上履き、ドリンク、タオル
講師:勝田 翔平先生
誰でもゆる~く らくらくできる
初心者向けのエアロビクス教室
です。



無料

13:00~15:00

スポーツ吹矢

日にち:平成29年5月31日(水)
会場:アスパル小ホール
対象:小学3年生以上
申込:不要
参加費:無料
持ち物:上履き、ドリンク、タオル
※マウスピースを持っている方は持参ください
5~10m離れた円形的的をめがけて息を使って矢を放つスポーツで
誰でも手軽にできます。



無料

10:00~18:00

卓球台無料開放

日にち:平成29年5月31日(水)
会場:アスパルロビー
対象:どなたでも
申込:不要
参加費:無料
持ち物:ドリンク、タオル
※用具一式貸出あり
10時から18時までの間、卓球台を無料開放します。お好きな時間にお越しください。



みんなでChange! Chal Lenge! Enjoy!
みとやスポーツクラブ事務局

〒690-2405

島根県雲南市三刀屋町古城 1-1 雲南市三刀屋文化体育館アスパル内
定休日/火曜日・年末年始 時間/9:00~22:00

Tel (0854)45-9222

Fax (0854)45-9223 E-mail asuparu@bs.kkm.ne.jp
http://www.uspal-unnan.com