

コロナのストレス発散しませんか!!

10月スポーツ推進月間

イベント開催情報

10月1日(金)▶31日(日)

県立武道館(松江市) ☎0852-22-5711

- 10/4 (月) 【体験教室】 剣道
- 10/9 (土) 【エンジョイ武道・スポーツの日】
キッズ運動会、各種武道体験、体力測定大会、
In Body 測定会、★施設無料開放
- 10/11 (月) 【体験教室】 キッズ体育、なぎなた、柔道、剣道
- 10/18 (月) 【体験教室】 なぎなた、レスリング
- 10/25 (月) 【体験教室】 レスリング、柔道

県立水泳プール(松江市) ☎0852-26-4583

- 10/4 (月) 【どきどき!わくわく!水中エクササイズ】
- 10/10 (日) 【カヌー体験】 初心者コース
- 10/16 (土) 【バレトン】
- 10/17 (日) 【水泳記録会】
- 10/23 (土) 【朝ヨガ】
- 10/24 (日) 【カヌー体験】 チャレンジコース
- 10/25 (月) 【チャレンジ!スポーツDAY】★施設無料開放

県立体育館(浜田市) ☎0855-23-1201

- 10/3 (日) 【エンジョイスportsデー】
親子でジャンピング、スポーツ体験会、★施設無料開放
- 10/18 (月) 【ソフトバレー大会】
- 毎週日・月 【体組成計無料測定会】

県立石見武道館(浜田市) ☎0855-23-7170

- 10/3 (日) 【スポーツ体験&チャレンジデー】
パワー記録会、★施設無料開放
- 10/16 (土) 【柔道稽古会】
- 10/24 (日) 【3B体操の会】
- 10/30 (土) 【剣道稽古会】
- 毎週土・日・平日1日 『ヘルスケアチェックの日』体組成計を使った測定

県立サッカー場(益田市) ☎0856-23-2644

- 10/2(土) 【キッズサッカーフェスティバル~芝生であそぼう~】
- 10/16(土) 【スラックラインフェスティバル~裸足で遊ぼう~】

期間中は
休まず
開館(場)
します!

★イベントに参加された方には
ドリンク等のプレゼントがあ
ります!(※数に限りあり)



施設の
無料開放
を行います!

※日時は各施設にお問い合わせ
ください。

InBody 無料測定実施



自分のカラダを見て
聞いてチェックしよ
う!!

主催:公益財団法人島根県体育協会