

スポーツの日 運動ひろば



高齢者いきいき活動ポイント対象事業

令和6年 **10月14日** (月・祝)



上靴と靴袋を
ご持参ください

【時間】 10:00～16:00 (最終入場 15:00)

*フィットネスプラザ利用は9:00～21:00(受付20:00まで)

【場所】 広島県立総合体育館

(広島市中区基町4-1)



家族みんなで運動不足を解消しよう！

キッズチャレンジコーナー

親子リトミック教室・
スポーツリズム(*要事前申込*)



キッズプレイコーナー

システムマット、輪投げ、フラフープなど
幼児・小学生対象です。保護者同伴で遊んでね。



ニュースポーツにチャレンジ!

ユニカール、ラージボール卓球など



NEW パルクールおにごっこ (シニアパルクール体験会同時開催)

体力測定

自分の体をチェック!



プール教室(*要事前申込*)

参加賞あります!



広島県立総合体育館



*この事業の様子を写真撮影します。当体育館ホームページ・刊行物への写真撮影については、あらかじめご了承ください。なお、マスメディアの取材についても同様です。



スポーツ大会

種 目 等	参加対象	時 間	施 設	主 管
第20回親善ドッジボール広島大会	小学生	9:00~17:00	大アリーナ	広島県ドッジボール協会
広島県ミニテニス大会	16歳以上	9:00~17:00	小アリーナ	広島県ミニテニス協会

無料体験会

種 目 等	参加対象	時 間	施 設	備 考		
キッズ コーチ チャレンジ	① 親子リトミック教室♪ ～音楽に合わせて楽しく体を動かそう～	3～6歳 (未就学児)	10:30～11:20	第1剣道場	要事前申し込み	
	② スポーツリズム ～走る、ステップを踏む、しゃがむ、跳ぶなどの運動を行い、 楽しくみんなで運動神経を高めよう！～	年長～小学3年生	13:30～14:00			
	③ スポーツリズム ～走る、ステップを踏む、しゃがむ、跳ぶなどの運動を行い、 楽しくみんなで運動神経を高めよう！～	小学2年～6年生	14:15～15:00			
キッズプレイコーナー (くるくるバルーン・システムマット・フラフープ・輪投げなど)	どなたでも	10:00～16:00	柔道場・ 第2剣道場	当日参加できます		
体力測定 自分の体をチェック！						
パルクール体験会						
ニュースポーツにチャレンジ！ (ユニカール・ラージボール卓球等)						
プール無料開放 *プールのご利用は100m以上の泳力を有する方に限ります。	小学生以上	9:00～21:00	フィットネス プラザ(プール)	当日参加できます		
プ ー ル 教 室	④大人のスタート教室	100m以上の泳力を有 する18歳以上			10:00～11:30	要事前申し込み
	⑤大人のワンポイントレッスン				12:00～13:00	
	⑥流水プール動画撮影&タイム計測 ご自分のスマートフォン等で撮影が可能です。	100m以上の泳力を有 する小学生以上	13:30～15:30			
トレーニングルーム無料開放	小学生以上	9:00～21:00	フィットネスプラザ (トレーニングルーム)	当日参加できます		

【キッズチャレンジコーナー等の事前申し込みについて】

①「親子リトミック教室♪」

【受付】 広島県立総合体育館 総務企画課
 【申し込み方法】 お電話または直接ご来館のうえ、お申し込みください。
 【受付開始】 令和6年9月3日(火)から ※10月7日(月)は施設整備日のため、電話・来館対応はできません。
 【受付時間】 9:00～20:00
 【定員】 25組
 ※先着順 定員になり次第締め切ります。

お申し込みは、広島県立総合体育館 総務企画課まで TEL(082)228-1111

②③「スポーツリズム」

【受付】 広島県立総合体育館 フィットネスプラザ
 【申し込み方法】 お電話または直接ご来館のうえ、お申し込みください。
 【受付開始】 令和6年9月3日(火)から ※10月7日(月)は施設整備日のため、電話・来館対応はできません。
 【受付時間】 9:00～20:00
 【定員】 各回20名 ※先着順 定員になり次第締め切ります。

お申し込みは、広島県立総合体育館 フィットネスプラザまで TEL(082)502-0073

④⑤⑥「プール各教室」

【受付】 広島県立総合体育館 フィットネスプラザ(プール)
 【申し込み方法】 お電話にて、お申し込みください。
 【受付期間】 令和6年9月13日(金)～9月30日(月)
 【受付時間】 9:00～20:00
 【定員】 ④20名 ⑤10名 ⑥20名 ※先着順 定員になり次第締め切ります。

お申し込みは、広島県立総合体育館 フィットネスプラザ(プール)まで TEL(082)555-0228

お問い合わせ先

広島県立総合体育館 広島市中区基町4-1 TEL(082)228-1111 FAX(082)228-4992