

5/29
(水)

CHALLENGEDAY

～城端地域イベント内容～

チャレンジデー2013

～SPORTS de コロモカラダもHOT!@なんと～



なんとチャレンジウォーク

いのくち榎館までの道のりを歩こう！

開催時間 (予定) 出発 9:00 城南屋内グラウンド～9:30 J Aなんと東部支店
(出発は、どちらでもOK) ～10:30 いのくち榎館～12:00 J Aなんと東部支店着～
12:30 城南屋内グラウンド着

※雨天中止 (少雨の場合は、決行いたします。)

申込み・問い合わせは屋内グラウンドまで。

☎ 62-2701



～ファイナルイベント～

身体が
すっきり
気持ちいい

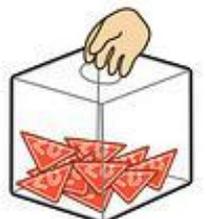
爽快エアロ& ほっとあっとなんと体操



城端中学校体育館 19:45～20:45
講師：井山 満也子先生

大抽選会

いい汗がいた後は、
お楽しみ抽選会
があります。



城端中学校体育館

20:50～

☆自分の体力と身体年齢は？

体力測定

城南屋内グラウンド アリーナ・フィットネスルーム

9:00~20:00

この機会に自分の身体を知るチャンス！！



☆今話題の☆



カーヴィーダンスをしてみよう

城南屋内グラウンド フィットネスルーム

13:30~17:30

好きな時に来てDVDを観ながら体験してみませんか？

身体に無理なく実践で試せるチャンス！！



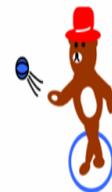
☆体験してみよう☆

ペタンク・ゲートボール体験

城南屋内グラウンド アリーナ

ペタンク 9:00~12:00

ゲートボール 13:00~16:00



誰でも楽しめるスポーツ！一人でも仲間でも気軽に体験してみてください！

～会員以外の方も参加出来ます～

●チャレンジデー当日

城南屋内グラウンド内トレーニング
グループの個人利用料は無料となります。
是非ご利用下さい。

チャレンジデー当日は、いろいろなスポーツに参加し

〒939-1861

富山県南砺市城端字吉兵衛島310

南砺市城南屋内グラウンド内

クラブ Joy 事務局

TEL (0763) 62-2701

FAX (0763) 62-2718



クラブ
Joy
NPO 法人