

市民健康スポーツの日

10月25日(日)

自分のスポーツを見つけよう!



千鳥小体育館

時間 9:00~12:00
内容: バドミントンの試合体験
担当: バドミントン協会

千鳥苑

時間 9:00~12:00
内容: チャリティーゲートボール大会開催
担当: ゲートボール協会

千鳥公園

時間 9:00~12:00
内容: ソフトテニス教室
担当: ソフトテニス協会

内容: 楽しいテニス教室 (サーブ・ストローク・ボレー・スマッシュを体験してミニゲームで遊ぶ。)
担当: テニス協会

時間 9:00~12:00
内容: グラウンドゴルフの体験
担当: グラウンドゴルフ協会

リーパスプラザ研修棟

時間 9:00~12:00
内容: ストレッチ・リズムにのってレクダンス
担当: リズム体操協会

時間 9:00~12:00
内容: フォークダンス体験
 フォークダンスの楽しさを伝えます(3曲くらい)
担当: フォークダンス協会

古賀中学校

時間 9:30~12:00 対象:中学生以上 靴下か足袋を持参
内容: 演武と実射体験
担当: 弓道協会

時間 9:30~12:00
内容: ジュニア会員による実技・参加者による風船割り
担当: 剣道協会

クロスパルこが

時間 9:30~12:00 上履きを必ず持参
内容: バレー体験とスカットボールを楽しみましょう。
担当: バレーボール協会

時間 9:30~12:00 上履きを必ず持参
内容: バスケットボール体験
担当: バスケットボール協会

時間 9:30~12:00 上履きを必ず持参
内容: 初心者向けのソフトバレー体験
担当: ソフトバレーボール協会

時間 9:30~12:00 上履きを必ず持参
内容: 骨密度計や体組成計による健康測定会
項目: ●骨密度測定 ●体組成計による測定 ●足指力測定 ●血圧測定
担当: 古賀市予防健診課

登山

時間 9:00~12:30
水筒、タオル、雨具、帽子を持参
コース:
 市役所駐車場 集合
 ↓ 出発 ↓ 到着
 歩いてん道 歩いてん道
 ↓ 工場団地(山崎パン横) ↓ みやけ史跡公園
 ↓ 岳越山(119m) ↓ 鹿部
担当: 登山協会

市民体育館

時間 9:00~12:00 上履きを必ず持参
内容: ピンポンの楽しさを体験
担当: 卓球協会

時間 9:00~12:00 上履きを必ず持参
内容: フライングディスク・フロアカーリングペタンク(市立球技場)
担当: 軽スポーツ協会

時間 9:00~12:00 上履きを必ず持参
内容: 基本的なステップの紹介
担当: スポーツダンス協会

時間 9:00~12:00 上履きを必ず持参
内容: サウンドテーブルテニスの体験
担当: 古賀市ネットワークこだま

グリーンパーク 多目的広場

時間 9:00~12:00
内容: スピードガン・遠投・ベース一周
担当: 野球協会

内容: ソフトボール競技の指導・交流試合
担当: ソフトボール協会

内容: リレーマラソン200mトラックをタスキリレー(10名位)で210周に挑戦
担当: 陸上協会

内容: 体力測定
担当: 市スポーツ推進委員