

無料開放!

ブレックスアリーナ宇都宮

体育の日
家族や仲間と楽しもう!

スポーツフェスティバル

10月9日(月) 10:00~16:00

場所	種目	内容等	時間
メインアリーナ	●チャレンジコーナー ・ストラックアウト ・キックターゲット ・輪投げ	たくさん景品を用意してるよ! 挑戦してね! 	10:00~16:00
	●バドミントン ●卓球 	家族や仲間ですべて自由に楽しんじゃおう! (貸しラケットもあります。)	10:00~16:00
サブアリーナ	●ズンバ	ラテン系の音楽に合わせてシェイプアップ!	11:10~ズンバ
	●エアロビクス	有酸素運動で気軽に体を動かそう 誰でも自由に参加OK! 	13:10~エアロビクス
武道場	●ピラティス	インナーマッスルを鍛え、美しく 健康的なボディーを目指しましょう!	10:10~
玄関フロア	●健康チェック	血圧・体脂肪測定コーナーをフロアに設置 します。お気軽にご利用ください 	10:00~16:00
トレーニング室	●トレーニング 	初心者大歓迎!(高校生以上) 丁寧に指導します。	9:00~17:00

申込方法

当日、ブレックスアリーナに直接来館し、各種目ごとにお申し込みください。

持ち物

運動に適した服装、シューズ(室内用)をご準備ください。

お問い合わせ

ブレックスアリーナ宇都宮(市体育館) TEL028-663-1611

